



*El buscador es el que está en busca de sí mismo. Abandone todas las preguntas excepto una: «¿quién soy yo?». Después de todo, el único hecho del que usted está seguro es que usted es. El «yo soy» es cierto. El «yo soy esto» no. Esfuércese en encontrar lo que usted es en realidad.*

*Para saber lo que usted es, primero debe investigar y conocer lo que usted no es.*

*Descubra todo lo que usted no es —el cuerpo, los sentimientos, los pensamientos, el tiempo, el espacio, esto o eso— nada, concreto o abstracto, que usted perciba puede ser usted. El acto mismo de percibir muestra que usted no es lo que usted percibe.*

*Cuanto más claro comprenda que en el nivel de la mente usted sólo puede ser descrito en términos negativos, tanto más rápidamente llegará al fin de su búsqueda y se dará cuenta de que usted es el ser sin límites.*

*Sri Nisargadatta Maharaj*

# 1

**No soy esta persona, este  
cuerpo-mente, ni nada  
parecido**

**Como no puedo ser lo que  
percibo, no soy este cuerpo-mente  
ni nada de lo que pueda estar  
consciente.**

Como cuerpo, usted está en el espacio. Como mente, usted está en el tiempo. ¿Pero es usted un mero cuerpo con una mente en él? ¿Ha investigado usted alguna vez?

¿Por qué no investiga usted la idea misma de un cuerpo? ¿Aparece la mente en el cuerpo o el

cuerpo en la mente? Ciertamente debe haber una mente para concebir la idea «yo soy el cuerpo». Un cuerpo sin mente no puede ser «mi cuerpo». «Mi cuerpo» está invariablemente ausente cuando la mente está en suspenso. Está también ausente cuando la mente está profundamente inmersa en pensamientos y sensaciones.

Usted observa al corazón sentir, a la mente pensar, al cuerpo actuar; el acto mismo de percibir muestra que usted no es lo que usted percibe.

Lo percibido no puede ser el perceptor. Todo lo que usted ve, oye, o piensa, recuerde —usted no es lo que acontece, usted es a quien todo eso acontece.

El deseo, el temor, los trastornos, el gozo, no pueden aparecer a menos de que usted esté aquí para que se le aparezcan. Sin embargo, acontezca lo que acontezca, todo apunta a su existencia como centro perceptor. No haga caso de los indicadores y sea consciente de lo que indican.

Dése cuenta de que todo modo de percepción es subjetivo, de que lo que se ve o se oye, se toca o se huele, se siente o se piensa, se espera o se imagina, está en la mente y no en la realidad, y usted experimentará paz y liberación del temor.

Cuando usted se da cuenta de que la distinción entre lo interior y lo exterior está sólo en la mente, usted ya no tiene miedo.

Usted no es el cuerpo ni está en el cuerpo — no hay ninguna cosa tal como el cuerpo. Usted se confunde gravemente a usted mismo; para comprender correctamente —investigue.

¡Usted no está en el cuerpo, el cuerpo está en usted! La mente está en usted. Ambos le ocurren a usted. Están aquí debido a que usted los encuentra interesantes.

Usted sólo sabe que usted reacciona. ¿Quién reacciona y a qué?, usted no lo sabe. Al contacto, usted sabe que usted existe, —«yo soy». El «yo soy esto», «yo soy eso» son imaginarios.

Para mi mismo yo no soy perceptible ni concebible; no hay nada que yo pueda señalar y decir: «esto soy yo». Usted se identifica con todo muy fácilmente; yo lo encuentro imposible. La sensación: «yo no soy esto o eso, ni nada es mío» es tan fuerte en mí que tan pronto como aparece una cosa o un pensamiento, viene inmediatamente la sensación «yo no soy esto».

Oiga usted lo que oiga, vea usted lo que vea, piense usted lo que piense, yo no soy eso. Yo estoy libre de ser un percepto, o un concepto.

Lo mismo que usted no puede ver su rostro, sino sólo su reflejo en el espejo, así usted sólo puede conocer su imagen reflejada en el espejo immaculado de la presenciación pura. Vea las máculas y elimínelas. La naturaleza del espejo perfecto es tal que usted no puede verlo. Todo lo que usted puede ver será necesariamente una mácula. Apártese de ella, abandónela, conózcala como algo indeseado.

Una vez perfeccionado el espejo para que refleje correctamente, verdaderamente, usted puede volver el espejo y ver en él un verdadero reflejo de usted mismo —verdadero hasta donde el espejo puede reflejar. Pero el reflejo no es usted mismo — usted es el veedor del reflejo. Compréndalo claramente —perciba usted lo que perciba, usted no es lo que usted percibe. Usted puede ver ambos, la imagen y el espejo. Usted no es ninguno de ambos.

Recuerde, nada de lo que usted percibe es suyo.

Lo que es realmente suyo propio —usted no es consciente de ello.

Usted no es nada de lo que pueda ser consciente.

# **Como debe haber algo inmutable para registrar lo discontinuo, no soy este cuerpo-mente, que no es ni continuo ni permanente.**

La mente es discontinua. Una y otra vez se queda en blanco, como en el sueño profundo o en el desvanecimiento, o en la distracción. Debe haber algo continuo para registrar la discontinuidad. La memoria es siempre parcial, no fiable y evanescente. Ella no explica el fuerte sentido de identidad que impregna la consciencia, la sensación de «yo soy». Encuentre lo que está en la raíz de ello.

Usted no puede ser consciente de lo que no cambia. Toda consciencia es consciencia del cambio. Pero la percepción misma del cambio — ¿no necesita un trasfondo inmutable?

Los cambios son inevitables en lo que cambia, pero usted no está sujeto a ellos. Usted es el trasfondo sin cambio, contra el que se perciben los cambios.

El sí mismo basado en la memoria es momentáneo. Pero ese sí mismo requiere una continuidad sin ruptura detrás de él. Usted sabe

por experiencia que hay lagunas en las que su sí mismo es olvidado. ¿Qué lo trae de nuevo a la vida? ¿Qué le despierta a usted por la mañana? Debe haber algún factor constante que salva las lagunas en la consciencia. Si usted observa cuidadosamente, encontrará que incluso su consciencia diaria opera en destellos, con lagunas que se intercalan todo el tiempo. ¿Qué hay en las lagunas? Qué puede haber sino su ser real, que es atemporal; la mente y la ausencia de mente son uno para él.

Dése cuenta de que, piense usted lo que piense que usted es, se trata sólo de una corriente de aconteceres; de que mientras que todo acontece, viene y va, sólo usted es, lo sin cambio entre lo cambiante, lo autoevidente entre lo inferido. Separe lo observado del observador y abandone las falsas identificaciones.

La sucesión de momentos transitorios crea la ilusión del tiempo, pero la realidad atemporal del ser puro no está en movimiento, pues todo movimiento requiere un trasfondo inmutable. El ser puro mismo es el trasfondo. Una vez que usted lo ha encontrado en usted mismo, usted sabe que nunca había perdido ese ser independiente, independiente de todas las

divisiones y separaciones.

Lo real es sin cambio. Lo que cambia no es real, lo que es real no cambia. Ahora bien, ¿qué es en usted eso que no cambia? Mientras hay alimento, hay cuerpo y mente. Cuando el alimento se acaba, el cuerpo muere y la mente se disuelve. ¿Pero perece el observador? Es un hecho de experiencia efectiva que el sí mismo tiene ser independiente de la mente y del cuerpo. Es ser—presenciación— felicidad. La presenciación de ser es felicidad.

Usted debe darse cuenta de usted mismo como lo inmutable, detrás y más allá de todo lo que se mueve, el presenciador silente de todo lo que acontece.

**Como la persona es un caudal cambiante de objetos mentales que yo, como sujeto, considero mi cuerpo-mente, no puedo ser una persona. Soy, pero no puedo ser esto o aquello.**

No es usted quien desea, teme y sufre, sino la persona construida sobre el cimiento de su cuerpo por las circunstancias y las influencias. Usted no es esa persona.

La persona no es nunca el sujeto. Usted puede ver una persona, pero usted no es la persona.

Su ser una persona se debe a la ilusión del espacio y del tiempo; usted se imagina que está en un cierto punto y que ocupa un cierto volumen; su personalidad se debe a su autoidentificación con el cuerpo.

¿Cómo viene al ser la personalidad? Por la memoria. Identificando el presente con el pasado y proyectándolo en el futuro. Piense en usted mismo como momentáneo, sin pasado ni futuro, y su personalidad se disuelve.

El cuerpo-mente es como una habitación. Está aquí, pero yo no necesito vivir en ella siempre.

La persona es meramente el resultado de una incomprensión. En realidad, no hay ninguna cosa tal. Las sensaciones, los pensamientos y las acciones corren ante el observador en sucesión inacabable, dejando su rastro en el cerebro y creando una ilusión de continuidad. Un reflejo

del observador en la mente crea la sensación de «yo» y la persona adquiere una existencia aparentemente independiente. En realidad no hay ninguna persona, sólo el observador identificándose a sí mismo con el «yo» y lo «mío».

Es porque el «yo soy» es falso por lo que quiere continuar. La Realidad no necesita continuar — sabiéndose a sí misma indestructible, es indiferente a la destrucción de las formas y expresiones. Para fortalecer y estabilizar el «yo soy» nosotros hacemos todo tipo de cosas —todo en vano, pues el «yo soy» tiene que ser reconstruido de instante en instante. Es un trabajo que no cesa y la única solución radical es disolver la sensación separativa de «yo soy tal y tal persona» de una vez por todas.

No es el «yo soy» lo que es falso, sino lo que usted cree que usted es. Yo puedo ver, más allá de la menor sombra de duda, que usted no es lo que usted cree ser.

Lo que es realmente suyo propio —usted no es consciente de ello. De lo que usted es consciente no es usted ni suyo. Suyo es el poder de percepción, no lo que usted percibe. Es un error tomar lo consciente como la totalidad del

hombre. El hombre es lo no consciente, lo consciente y lo supraconsciente, pero usted no es el hombre. Suya es la pantalla, la luz y también el poder de ver, pero la imagen no es usted.

**Como es mi presencia, la que está siempre aquí y ahora, la que le otorga la cualidad de actual a cualquier acontecimiento, yo soy más allá del tiempo y el espacio. Nunca nací, ni tampoco moriré.**

Tome la idea «yo he nacido». Usted puede tenerla por verdadera. No lo es. Usted jamás ha nacido, y jamás morirá. Es la idea lo que ha nacido y lo que morirá, no usted. Al identificarse a usted mismo con ella usted devino mortal.

Su error consiste en su creencia de que usted ha nacido. Usted no ha nacido nunca ni nunca morirá.

Entre lo recordado y lo actual hay una diferencia básica, que puede ser observada de

momento en momento. En ningún punto del tiempo lo actual es lo recordado. Entre los dos hay una diferencia de cualidad, no sólo de intensidad. Lo actual es inconfundiblemente actual. Usted no puede intercambiar los dos por ningún esfuerzo de voluntad o de imaginación. Ahora, ¿qué es lo que da esta cualidad única a lo actual? Obviamente, es el sentido de que usted está presente. En el recuerdo y en la anticipación hay una clara sensación de que es un estado mental bajo observación, mientras que, en lo actual, la sensación es primariamente la de estar presente y ser presenciador. Dondequiera que usted va, el sentido de aquí y ahora usted lo lleva consigo todo el tiempo. Ello significa que usted es independiente del espacio y del tiempo, que el espacio y el tiempo están en usted, no usted en ellos. Es su autoidentificación con el cuerpo, que, por supuesto, es limitado en el espacio y el tiempo, el que le da a usted la sensación de finitud. En realidad usted es infinito y eterno.

## 2

# **Yo soy el Sí Mismo, el Presenciador de la Consciencia, la Presenciación pura**

**Yo soy el Sí Mismo, que es  
universal y se imagina a sí mismo  
como externo, como una persona.**

Alguien, no importa quién, le dirá a usted que usted es consciencia pura, no un cuerpo-mente. Acéptelo como una posibilidad e investigue seriamente. Usted puede descubrir que es así, que usted no es una persona sujeta al espacio y al tiempo. ¡Piense en la diferencia que constituirá

esto!

La personalidad (vyakti) es sólo un producto de la imaginación. El sí mismo (vyakta) es la víctima de esta imaginación. Es el hecho de tomarse a usted mismo por lo que usted no es, es lo que le tiene a usted atrapado. La persona no puede decirse que exista por su derecho propio; es el sí mismo el que cree que hay una persona y el que es consciente de ser esa persona.

¿Cómo puede haber dos sí mismos en un solo cuerpo? El «yo soy» es uno. No hay ningún «yo soy más alto» y «yo soy más bajo». Todo tipo de estados de mente se presentan a la presenciación y hay identificación de sí mismo con ellos. Los objetos de observación no son lo que parecen ser y las actitudes con las que son recibidos no son lo que necesitan ser. Si usted piensa que el Buddha, Cristo o Krishnamurti hablan a la persona, usted está equivocado. Ellos saben bien que el vyakti, el sí mismo exterior, no es más que una sombra del vyakta, el sí mismo interior, y ellos se dirigen y amonestan al vyakta solamente. Le dicen que preste atención al sí mismo exterior, que le guíe y que le ayude, que se sienta responsable de él; brevemente, que sea plenamente presenciador de él. La presenciación

viene de lo Supremo y penetra el sí mismo interior; el supuesto sí mismo exterior es sólo esa parte del ser de uno de la que uno no es presenciador. Uno puede ser consciente, pues todos los seres son conscientes, pero uno no es siempre presenciador. Lo que está incluido en la presenciación deviene lo interior y participa de lo interior.

El sí mismo que usted quiere conocer, ¿es algún segundo sí mismo? ¿Está usted hecho de varios sí mismos? Ciertamente, sólo hay un único sí mismo y usted es ese sí mismo. El sí mismo que usted es, es el único sí mismo que hay. Elimine y abandone sus ideas erróneas sobre usted mismo y helo aquí, en toda su gloria.

No hay ningún segundo sí mismo, ningún sí mismo más alto que buscar. Usted es el sí mismo más alto, sólo abandone las ideas falsas que usted tiene sobre usted mismo.

Su propio sí mismo es su maestro último (sadguru). El maestro exterior (guru) es sólo un indicador. Es únicamente su maestro interior, el que caminará con usted hasta la meta, pues él es la meta.

Yoga es el trabajo del sí mismo interior (vyakta) sobre el sí mismo exterior (vyakti).

Todo lo que el exterior hace lo hace meramente en respuesta al interior. Tiene [el sí mismo exterior] algún control sobre el cuerpo y puede mejorar su postura y su respiración. Sobre los pensamientos y sentimientos de la mente tiene poco dominio, pues él mismo es la mente. Es el interior (vyakta) el que controla al exterior (vyakti). Que el exterior obedezca será sabio y prudente. El interior es la fuente de inspiración, el exterior es movido por la memoria. La fuente es irrastreable, mientras que toda memoria comienza en alguna parte. Así, el exterior es siempre determinado, mientras que el interior no puede ser atrapado en las palabras. El error de los estudiantes consiste en que imaginan que el interior es algo que se puede obtener, y en que olvidan que todo lo que es perceptible es transitorio, y por consiguiente irreal. Sólo eso que hace la percepción posible, llámelo usted Vida o Brahman, o lo que usted quiera, es real.

El sí mismo por su naturaleza se conoce a sí mismo sólo. Por falta de experiencia todo lo que percibe lo toma como si fuera sí mismo. Golpeado, aprende a discriminar (viveka) y a vivir en solitario (vairagya). Cuando el comportamiento justo (uparati) deviene normal,

un poderoso impulso interior (mukmukshutva) le hace buscar su fuente. La llama del cuerpo se enciende y todo deviene claro y brillante (atmaprakash).

Usted puede observar la observación, pero no al observador. Usted sabe que usted es el observador último por conocimiento directo, no por un proceso lógico basado en la observación. Usted es lo que usted es, pero usted sabe lo que usted no es. El sí mismo se conoce como ser, el no sí mismo se conoce como devenir. Pero en realidad todo está en la mente. Lo observado, la observación y el observador son construcciones mentales. Sólo el sí mismo es.

El sí mismo es universal y sus metas son universales. No hay nada personal en el sí mismo.

**No soy un objeto en la  
Consciencia, sino su fuente, su  
Presenciador, Presenciación pura  
y sin forma.**

Usted es y yo soy. Pero sólo como puntos en la consciencia; nosotros no somos nada aparte de la consciencia.

Usted no es el cuerpo. Usted es la inmensidad e infinitud de la consciencia.

La fuente de la consciencia no puede ser un objeto en la consciencia. Conocer la fuente es ser la fuente. Cuando usted se da cuenta de que usted no es la persona sino el presenciador puro y calmo, y de que la presenciación inmutable es su ser mismo, usted es el ser. Es la fuente, la Posibilidad Inagotable.

Deseche todo lo que usted no es y profundice siempre cada vez más. Lo mismo que un hombre que cava un pozo desecha lo que no es agua, hasta que alcanza la capa acuífera, así también usted debe desechar lo que no es suyo propio, hasta que no queda nada que usted pueda desechar. Usted encontrará que lo que queda no es nada a lo que la mente pueda aferrarse. Usted no es ni siquiera un ser humano. Usted simplemente es —un punto de presenciación, coextensivo con el tiempo y el espacio y más allá de ambos, la causa última, ella misma incausada. Si usted me pregunta: ¿quién es usted? Mi respuesta sería: nada en particular. Sin embargo,

yo soy.

Yo no soy mi cuerpo, ni lo necesito. Yo soy sólo el presenciador. Yo no tengo ninguna forma de mi propiedad. Ustedes están tan acostumbrados a pensarse a ustedes mismos como cuerpos que tienen consciencia, que sencillamente no pueden imaginar a la consciencia teniendo cuerpos. Una vez que usted se da cuenta de que la existencia corporal es sólo un estado de mente, un movimiento en la consciencia, de que el océano de la consciencia es infinito y eterno, y de que, cuando usted está en contacto con la consciencia, usted es sólo el presenciador, usted será capaz de retirarse enteramente más allá de la consciencia.

Dése cuenta de que no es usted quien se mueve de un sueño a otro, sino que son los sueños quienes fluyen ante usted y usted es el presenciador inmutable. Ningún acontecer afecta a su ser real —esto es la verdad absoluta.

El presenciador no es una persona. La persona viene al ser cuando hay una base para ello, un organismo, un cuerpo. En él lo absoluto se refleja como presenciación. La presenciación pura deviene presenciación de sí mismo. Cuando hay un sí mismo, la presenciación de sí mismo es

el presenciador. Cuando no hay ningún sí mismo que presenciar, tampoco hay presenciador. Todo es muy simple; es la presencia de la persona la que lo complica. Vea que no hay ninguna cosa tal como una persona permanentemente separada y todo deviene claro. Presenciación —mente — materia — son una única realidad en sus dos aspectos de inmutable y mutable, y en los tres atributos de inercia, energía y armonía. La presenciación deviene consciencia cuando tiene un objeto. El objeto cambia todo el tiempo. En la consciencia hay movimiento; la presenciación por sí misma es sin movimiento y atemporal, aquí y ahora.

La diferencia entre la persona y el presenciador es la misma que hay entre no conocerse y conocerse a uno mismo. No es la persona la que está haciendo sadhana. La persona está inquieta y llena de resistencia hasta el final mismo. Es el presenciador el que trabaja en la persona, en la totalidad de sus ilusiones, pasadas, presentes y futuras.

Los dos [la persona y el presenciador] son modos de la consciencia. En uno usted desea y teme, en el otro usted no es afectado por el placer y el dolor y no es perturbado por los aconteceres.

Usted los deja venir y partir.

El placer de ser es la forma más simple del amor de sí mismo, que más tarde se convierte en amor del Sí mismo. Sea como un niño, sin nada que se interponga entre el cuerpo y el sí mismo. El ruido contante de la vida psíquica está ausente. En el silencio profundo el sí mismo contempla el cuerpo. Es como el papel blanco en el que todavía no se ha escrito nada. Sea como el niño, en lugar de intentar ser esto o eso, sea dichoso de ser. Usted será un presenciador plenamente despierto del campo de la consciencia. Pero no debe haber ningún sentimiento ni idea interponiéndose entre usted y el campo.

**Sólo la sensación "Yo Soy", si bien en el Mundo, no es del Mundo ni puede ser negada.**

Un reflejo del observador en la mente crea la sensación de «yo» y la persona adquiere una existencia aparentemente independiente. En

realidad no hay ninguna persona, sólo el observador identificándose a sí mismo con el «yo» y lo «mío». El maestro dice al observador: usted no es esto, no hay nada de usted en esto, excepto el pequeño punto de «yo soy», que es el puente entre el observador y su sueño. «Yo soy esto, yo soy eso» es sólo sueño, mientras que el «yo soy» puro tiene el sello de la realidad en él.

Eso que le hace a usted pensar que usted es un humano no es humano. No es más que un punto de consciencia sin dimensiones, una nada consciente; todo lo que usted puede decir sobre usted mismo es: «yo soy». Usted es ser puro — presenciación— felicidad. Darse cuenta de esto es el fin de toda búsqueda. Usted llega a ello cuando ve que todo lo que usted piensa ser es sólo imaginación, y permanece en la presenciación pura de lo transitorio como transitorio, de lo imaginario como imaginario, de lo irreal como irreal.

Sólo su sensación de «yo soy», aunque está en el mundo, no es del mundo. Usted no puede cambiar por ningún esfuerzo de lógica o de imaginación el «yo soy» en «yo no soy». La negación misma de su ser lo afirma.

[El «yo soy»] es irreal cuando decimos: «Yo

soy esto, yo soy eso». Es real cuando entendemos: «yo no soy esto, yo no soy eso».

Identificarse uno mismo con lo particular es todo el pecado que hay. Lo impersonal es real, lo persona aparece y desaparece. «Yo soy» es el Ser impersonal. «Yo soy esto» es la persona. La persona es relativa y el Ser puro —fundamental.

# 3

## **El Mundo existe sólo como un sueño en mi Consciencia**

**Como sólo conozco los contenidos  
de mi consciencia, y un mundo  
exterior a mí es imposible de  
probar, todo lo percibido se  
encuentra tan sólo en mi mente.**

Usted sólo conoce lo que está en su consciencia. Lo que usted pretende que existe fuera de la experiencia consciente es inferido.

¿Hay algún mundo fuera de su conocimiento? ¿Puede usted ir más allá de lo que

usted conoce? Usted puede postular un mundo más allá de la mente, pero seguirá siendo un concepto, no probado y no probable. La experiencia de usted es la prueba, y es válida sólo para usted. ¿Quién, además de usted, puede tener su experiencia, cuando la otra persona es real sólo en la medida en que aparece en la experiencia de usted?

Sea consciente de que todo lo que acontece, le acontece a usted, por usted, a través de usted, que usted es el creador, el gozador, y el destructor de todo lo que usted percibe.

Usted es el hacedor del mundo en el que usted vive —sólo usted puede cambiarlo, o deshacerlo.

El mundo le parece a usted tan abrumadoramente real, debido a que usted piensa en él todo el tiempo; deje de pensar en él y se disolverá como niebla.

Todo lo perceptible son máculas. El mundo entero es una mácula.

Que usted oye es un hecho. Lo que usted oye —no lo es. El hecho puede ser experimentado, y en ese sentido el sonido de la palabra y las ondas mentales que causa son experimentadas. No hay ninguna otra realidad detrás de ello.

Todo acontece en la consciencia. El mundo es sólo una sucesión de experiencias.

Su convicción de que usted es consciente de un mundo es el mundo. El mundo que usted percibe está hecho de consciencia; lo que usted llama materia es la consciencia misma.

Como las olas están en el océano, así están todas las cosas físicas y mentales en la presenciación. De aquí que lo más importante es la presenciación misma, no su contenido.

Hay sólo un error que usted está cometiendo: usted toma lo interior por lo exterior y lo exterior por lo interior. Lo que está en usted, usted lo toma como si estuviera fuera de usted, y lo que está fuera, usted lo toma como si estuviera en usted. La mente y los sentimientos son externos, pero usted los toma como íntimos. Usted cree que el mundo es objetivo, mientras es enteramente una proyección de su psique. Esa es la confusión básica.

Usted ha proyectado en usted mismo un mundo de su propia imaginación, basado en recuerdos, en deseos y temores, y que usted se ha aprisionado a usted mismo en él. Rompa el hechizo y sea libre.

La idea de responsabilidad está en su mente.

Usted piensa que debe haber algo o alguien, único responsable de todo lo que acontece. Hay una contradicción entre un universo múltiple y una única causa. Lo uno o lo otro debe ser falso. O ambos. Como yo lo veo, todo es un sueño a la luz del día. No hay ninguna realidad en las ideas. El hecho es que sin usted, ni el universo ni su causa podían haber llegado a ser.

Antes de que el mundo fuera, la consciencia era. En la consciencia el mundo viene al ser, en la consciencia dura y en la consciencia pura se disuelve. En la raíz de todo, está la sensación de «yo soy». El estado de mente: «hay un mundo» es secundario, para ser yo no necesito el mundo, el mundo me necesita.

El mundo viene al ser sólo cuando usted nace en un cuerpo. Si no hay cuerpo —no hay mundo.

Todo el universo de la experiencia nace con el cuerpo y muere con el cuerpo; tiene su comienzo y su fin en la presenciación, pero la presenciación no conoce ningún comienzo, ni ningún fin.

Nacer significa crear un mundo alrededor de usted mismo como centro.

Su propio pequeño cuerpo también está lleno de misterios y de peligros, y sin embargo usted

no tiene miedo de él, pues usted lo toma como suyo propio. Lo que usted no sabe es que el universo entero es su cuerpo y que usted no necesita tener miedo de él. Usted puede decir que tiene dos cuerpos, el personal y el universal. El personal viene y va, el universal está siempre con usted. La creación entera es su cuerpo universal. Usted está tan cegado por lo que es personal, que no ve lo universal. Esta ceguera no acabará por sí misma — debe ser deshecha diligente y deliberadamente. Cuando todas las ilusiones son comprendidas y abandonadas, usted alcanza el estado libre de error y perfecto en el que todas las distinciones entre lo personal y lo universal ya no son más.

Quién nació primero, usted o el mundo? Mientras usted da el primer lugar al mundo, usted está limitado por él; una vez que usted se da cuenta, más allá de todo rastro de duda, de que el mundo está en usted y no usted en el mundo, usted está fuera de él. Por supuesto, su cuerpo permanece en el mundo y es del mundo, pero usted ya no es engañado por él.

Usted se ve a usted mismo en el mundo, mientras que yo veo al mundo en mí mismo. Para usted, usted nace y muere, mientras que para mí,

el mundo aparece y desaparece. Nuestro mundo es real, pero su visión de él no lo es. No hay ningún muro entre nosotros, excepto el construido por usted. No hay nada malo en los sentidos, es su imaginación lo que le extravía a usted. Ella cubre al mundo como es, con lo que usted imagina que el mundo es —algo que existe independientemente de usted y que no obstante se ajusta estrechamente a los patrones heredados o adquiridos por usted.

Esto debe comprenderse muy bien: el mundo pende del hilo de la consciencia; ninguna consciencia, ningún mundo.

Usted es la potencialidad infinita, la posibilidad inagotable. Debido a que usted es, todo puede ser.

El universo es sólo una manifestación parcial de su ilimitada capacidad de devenir.

Una vez que usted se da cuenta de que el mundo es su propia proyección, usted es libre de él. ¡Usted no necesita liberarse de un mundo que no existe, excepto en su propia imaginación! Sea como sea la pintura, bella o fea, usted es quien la pinta y usted no está sujeto a ella. Dése usted cuenta de que no hay nadie que se la imponga a usted, de que se debe al hábito de tomar lo

imaginario por real. Vea lo imaginario como imaginario y sea libre del miedo.

## **Las cosas transitorias sólo aparecen y no poseen sustancia.**

Lo que comienza y acaba es mera apariencia. El mundo se puede decir que aparece, pero no que es. La apariencia puede durar mucho en alguna escala de tiempo, y ser muy breve en otra, pero finalmente equivale a lo mismo. Todo lo que está sujeto al tiempo es momentáneo y no tiene ninguna realidad.

Lo que se contradice a sí mismo, no tiene ningún ser. O tiene ser sólo momentáneamente, lo cual viene a ser lo mismo. Pues, lo que tiene un comienzo y un final, no tiene ningún centro. Está hueco. Tiene sólo el nombre y la forma que le da la mente, pero no tiene ni sustancia ni esencia.

Por grande y completo que sea su mundo, es auto-contradictorio y transitorio y enteramente ilusorio.

La transitoriedad es la mejor prueba de la irrealidad.

La respuesta final es ésta: nada es. Todo es una apariencia momentánea en el campo de la consciencia universal; la continuidad como nombre y forma es sólo una formación mental, fácil de disipar.

Siga el rastro del mundo hasta su fuente y encontrará que antes de que el mundo fuera, usted era, y que cuando el mundo ya no es, usted permanece.

**Lo que cambia no posee realidad.  
El tiempo y el espacio son  
imaginados, maneras de pensar,  
modos de percepción. Sólo la  
realidad atemporal es, y es aquí y  
ahora.**

Una vez que usted acepta el tiempo y el espacio como reales, usted se considerará a usted mismo minúsculo y de corta vida. ¿Pero son

reales? ¿Dependen ellos de usted, o usted de ellos?

No puede haber ninguna continuidad en la existencia. La continuidad implica identidad en el pasado, el presente y el futuro. Ninguna tal identidad es posible, pues los medios mismos de la identificación fluctúan y cambian. La continuidad, la permanencia, son ilusiones creadas por la memoria, meras proyecciones mentales de un patrón donde no puede haber ningún patrón.

El tiempo está en la mente, el espacio está en la mente. La ley de causa y efecto es también un modo de pensamiento. En realidad todo es aquí y ahora y todo es uno.

En realidad, el tiempo y el espacio existen en usted; usted no existe en ellos. Son modos de percepción, pero no son los únicos. El tiempo y el espacio son como palabras escritas sobre papel; el papel es real, las palabras son meramente una convención.

Su cuerpo es de tiempo corto, no usted. El tiempo y el espacio están sólo en la mente. Usted no está limitado.

Sólo compréndase a usted mismo —eso mismo es la eternidad.

Todo es imaginación. Incluso el espacio y el tiempo son imaginados. Toda existencia es imaginaria.

El tiempo es sin fin, aunque limitado; la eternidad está en el corte momentáneo del ahora. Nosotros no la notamos debido a que la mente está siempre saltando entre el pasado y el futuro. La mente no se detendrá a enfocar el ahora. Esto puede hacerse con relativa facilidad, si se despierta el interés.

En su mundo todo debe tener un comienzo y un fin. Si no es así, usted lo llama eterno. En mi visión no hay ninguna cosa tal como el comienzo o el fin —éstos están relacionados ambos con el tiempo. El ser atemporal es enteramente en el ahora. El ser y el no ser alternan y su realidad es momentánea. La Realidad Inmutable es más allá del espacio y del tiempo.

En realidad nada acontece, no hay ningún pasado ni futuro; todo aparece y nada es.

Todo depende de usted. Es por su consentimiento como el mundo existe. Retírele su creencia en su realidad y se disolverá como un sueño. El tiempo puede abatir montañas; mucho más usted, que es la fuente atemporal del tiempo. Pues, sin memoria y expectación, no puede haber

ningún tiempo.

«Yo soy» es un hecho siempre presente, mientras «yo soy creado» es una idea. Ni Dios ni el universo han venido a decirle que ellos le han creado. La mente, obsesionada por la idea de la causalidad, inventa la creación y entonces se pregunta: «¿quién es el creador?». La mente misma es el creador. Ni siquiera esto es completamente verdadero, pues lo creado y su creador son uno. La mente y el mundo no están separados. Comprenda que lo que usted piensa que es el mundo, es sólo su propia mente. Todo el espacio y el tiempo están en la mente.

Sólo hay imaginación. Ella le ha absorbido a usted tan completamente que usted no puede entender cuan lejos de la realidad se ha extraviado usted. No cabe duda de que la imaginación es ricamente creativa. Dentro de ella se construyen universos dentro de universos. Sin embargo, todos están en el espacio y el tiempo, en el pasado y el futuro, los cuales no existen.

Es usted quien está en movimiento y no el tiempo. Deje de moverse y el tiempo cesará. El pasado y el futuro se sumergirán en el eterno ahora.

¡Yo no estoy en ninguna parte, de manera

que pueda ser encontrado! Yo no soy una cosa a la que se da un lugar entre otras cosas.

En realidad todo es aquí y ahora y todo es uno. La multiplicidad y la diversidad están sólo en la mente.

Verdaderamente, todo es en mí y por mí. No hay nada más. La idea misma de «más» es un desastre y una calamidad.

## **Todo lo provisto de forma es sólo una limitación imaginada en mi consciencia.**

Por sí mismo nada tiene existencia. Todo necesita su propia ausencia. Ser, es ser distinguible, ser aquí y no allí, ser ahora y no luego, ser así y no de otro modo. Lo mismo que el agua toma la forma del recipiente, así todo está determinado por las condiciones (gunas).

El ser puro, que llena todo y que es más allá de todo, no es la existencia, la cual es limitada. Toda limitación es imaginaria, sólo lo no limitado es real.

# **El Mundo no es más que un espectáculo, una ilusión.**

El mundo no es más que un espectáculo, brillante y vacío. Es, y sin embargo no es. Está ahí sólo mientras yo quiero verlo y tomar parte en él. Cuando dejo de interesarme, se disuelve. No tiene ninguna causa y no sirve a ningún propósito. Sólo acontece cuando estamos distraídos. Aparece exactamente como aparece, pero no hay en él ninguna profundidad, ni significado. Sólo el espectador es real, llámele Sí mismo o Atma. Para el Sí mismo el mundo es sólo un espectáculo colorido del que goza mientras dura y que olvida cuando acaba. Lo que acontece en la escena le hace temblar de terror o revolcarse de risa, sin embargo él siempre está presente al hecho de que es sólo un espectáculo. Sin deseo ni miedo, él lo goza, como acontece.

El universo es un escenario donde se está representando un drama del mundo. La cualidad de la representación es todo lo que importa; no lo que los actores dicen y hacen, sino cómo lo dicen y cómo lo hacen. Los deportistas parecen hacer tremendos esfuerzos: sin embargo su único motivo es jugar y exhibirse.

Todo acontece según se necesita, sin embargo nada acontece. Yo hago lo que parece ser necesario, pero al mismo tiempo sé que nada es necesario, que la vida misma es sólo una ficción.

Usted me ve funcionando aparentemente. En realidad, yo sólo observo. Todo lo que se hace, se hace en la escena. La alegría y la tristeza, la vida y la muerte, todo esto es real para el hombre en esclavitud; para mí todo esto está en el espectáculo, es tan irreal como el espectáculo mismo. Puedo percibir el mundo lo mismo que usted, pero usted cree estar en él, mientras que yo lo veo como una gota iridiscente en la vasta extensión de la consciencia.

Todo lo que vive, trabaja para proteger, perpetuar y expandir la consciencia. Éste es el único significado y propósito del mundo. Es la esencia misma del Yoga —elevar siempre el nivel de la consciencia, descubrir nuevas dimensiones, con sus propiedades, cualidades y poderes. En ese sentido el universo entero deviene una escuela de Yoga (yogakshetra).

De un lingote de oro usted puede hacer muchos ornamentos —cada uno de ellos seguirá siendo oro. Similarmente, sea cual fuere el papel

en el cual yo pueda aparecer y sea cual fuere la función que yo pueda desempeñar —yo permanezco lo que yo soy— el «yo» inmutable, inquebrantable, independiente. Lo que usted llama el universo, la naturaleza, es mi creatividad espontánea. Acontezca lo que acontezca —acontece. Pero mi naturaleza es tal que todo acaba en dicha.

## **El Mundo que percibo es enteramente privado, un sueño.**

El mundo que usted puede percibir es ciertamente un mundo muy pequeño. Y es enteramente privado. Tómelo como un sueño y entiéndaselas con él. ¿No es la idea de un mundo total una parte de su mundo personal? El universo no viene a decirle a usted que usted es una parte de él. Es usted el que ha inventado una totalidad para que le contenga a usted como una parte. De hecho, todo lo que usted conoce es su mundo privado propio, por muy bien que usted lo haya amueblado con sus imaginaciones y

expectativas.

Este mundo es pintado por usted en la pantalla de la consciencia y es enteramente su propio mundo privado.

Atienda. El mundo en el cual usted vive, ¿quién más sabe sobre él? Dentro de la prisión de su mundo aparece un hombre que le dice a usted que el mundo de penosas contradicciones, que usted ha creado, no es ni continuo ni permanente y que se basa en un malentendido. Él le suplica a usted que salga de él por la misma vía por la que usted ha entrado. Usted entró en él por el olvido de lo que usted es y usted saldrá de él conociéndose a usted mismo como usted es. No hay en él ninguna realidad. No puede durar.

El mundo no tiene ninguna existencia aparte de usted. En todo momento no es sino un reflejo de usted mismo. Usted lo crea, usted lo destruye. Su universo personal no existe por sí mismo. Es meramente una visión limitada y distorsionada de lo real.

Usted no es del mundo, usted ni siquiera está en el mundo. El mundo no es, sólo usted es. Usted crea el mundo en su imaginación como un sueño. Lo mismo que usted no puede separar el sueño de usted mismo, así usted no puede tener

un mundo exterior independiente de usted mismo. Usted es independiente, no el mundo. No tenga miedo de un mundo que usted mismo ha creado. Deje de buscar la felicidad y la realidad en un sueño, y usted despertará.

Indague y descubrirá la Persona Universal, que es usted mismo, e infinitamente más. En cualquier caso, comience dándose cuenta de que el mundo está en usted, no usted en el mundo. Su cuerpo personal es una parte en la que la totalidad se refleja maravillosamente. Pero usted tiene también un cuerpo universal. Usted ni siquiera puede decir que no lo sabe, debido a que usted lo ve y lo experimenta todo el tiempo. Sólo que usted lo llama «el mundo» y tiene miedo de él. Tanto la anatomía como la astronomía le describen a usted. Usted conoce el mundo exactamente como conoce su cuerpo —a través de sus sentidos. Es su mente la que ha separado el mundo de fuera de su piel del mundo de dentro y los ha puesto en oposición.

Abandone todo y usted gana todo. Entonces la vida deviene lo que estaba en ella ser: pura radiación de una fuente inagotable. En esa luz el mundo aparece tenue como un sueño.

# **El deseo y el temor provienen de ver al Mundo como separado de mí mismo.**

Según piensa usted que es usted mismo, así piensa usted que es el mundo. Si usted se imagina a usted mismo como separado del mundo, el mundo aparecerá como separado de usted y usted experimentará deseo y miedo. Yo no veo el mundo como separado de mí y así para mí no hay nada que desear ni que temer.

No hay ningún caos en el mundo, excepto el caos que su mente crea. Es autocreado en el sentido de que en su centro mismo está la falsa idea de uno mismo como una cosa diferente y separada de las demás cosas. En realidad, usted no es una cosa, ni está separado.

## **Mientras vea al sueño como real, sufriré esclavo de él.**

Tanto el sueño como la vigilia son nombres

mal dados. Nosotros sólo estamos soñando. El verdadero despertar y el verdadero dormir sólo los conoce el jnani. Nosotros soñamos que estamos despiertos, nosotros soñamos que estamos dormidos. Los tres estados son sólo variedades del estados de sueño. Tratar todo como un sueño libera. Mientras usted da realidad a los sueños, usted es su esclavo. Al imaginar que usted ha nacido como fulano, usted deviene un esclavo para fulano. La esencia de la esclavitud es imaginarse a usted mismo como un proceso, tener pasado y futuro, tener historia. En realidad, nosotros no tenemos ninguna historia, no somos un proceso, no nos desarrollamos, ni decaemos; de modo que vea todo como un sueño y permanezca fuera de él.

Saber que usted es un prisionero de su mente, que usted vive en un mundo imaginario de su propia creación es el amanecer de la sabiduría.

La causa del sufrimiento está en la identificación del perceptor con lo percibido. De ella nace el deseo y con el deseo la acción ciega, de resultados imprevisibles. Mire usted alrededor y verá —el sufrimiento es una cosa hecha por el hombre.

Nadie sufre en una obra de teatro. A menos

de que uno se identifique a sí mismo con ella. No se identifique usted con el mundo y usted no sufrirá.

Mientras dura, el sueño tiene un ser temporal. Es su deseo de aferrarse a él lo que crea el problema. Deje que se vaya. Deje de imaginar que el sueño es suyo.

Deje que el sueño se devane por sí solo hasta su fin. Usted no puede remediarlo. Pero usted puede ver el sueño como un sueño, negarle el sello de la realidad.

Esto es el corazón del asunto. Mientras que usted cree que sólo el mundo exterior es real, usted permanece su esclavo. Las apariencias se disolverán con la investigación y la realidad subyacente vendrá a la superficie. Usted no necesita quemar la casa para salir de ella. Sólo salga. Es sólo cuando usted no puede entrar y salir libremente, cuando la casa deviene una cárcel. Yo entro y salgo de la consciencia fácil y naturalmente y, por lo tanto, para mí el mundo es un hogar, no una prisión.

# **Nada en el sueño es hecho por mí.**

Mientras usted se crea a usted mismo un cuerpo, usted adscribirá causas a todo. Yo no digo que las cosas no tengan causas. Cada cosa tiene innumerables causas. Ella es como es, debido a que el mundo es como es. Toda causa en sus ramificaciones cubre el universo. No hay ninguna causa, excepto su ignorancia de su ser real, que es perfecto y más allá de toda causación. De todo lo que acontece, todo el universo es responsable y usted es la fuente del universo.

Todo lo que acontece es la causa de todo lo que acontece. Las causas son innumerables; la idea de una sola causa es una ilusión.

¿Por qué habla usted de acción? ¿Actúa usted realmente alguna vez? Algún poder no conocido actúa y usted imagina que usted está actuando. Usted sólo está observando lo que acontece, sin ser capaz de influenciarlo de ninguna manera.

El hombre sabio no cuenta nada como suyo propio. Cuando en algún tiempo y lugar se atribuye a alguien algún milagro, él no establecerá ningún lazo causal entre los acontecimientos y la persona, ni permitirá que se

saque ninguna conclusión. Todo habrá acontecido como haya acontecido debido a que tenía que acontecer; todo acontece como acontece, debido a que el universo es como es.

Nada es hecho por mí, todo acontece. Yo no espero, no planeo, sólo observo acontecer los acontecimientos, sabiendo que son irreales.

Es lo mismo que su magnetófono. Graba, reproduce —todo por sí mismo. Usted sólo escucha. Similarmente, yo observo todo lo que acontece, incluyendo mis palabras a usted. No soy yo quien habla, las palabras aparecen en mi mente y entonces yo las escucho decirse.

La obra es un hecho, el hacedor un mero concepto. Su lenguaje mismo muestra que mientras la obra es cierta, el hacedor es dudoso; trasladar la responsabilidad es un juego peculiarmente humano. Considerando la inacabable lista de factores requeridos para que algo acontezca, a uno no le queda más remedio que admitir que todo es responsable de todo, por muy remoto que sea. El hacedor es un mito nacido de la ilusión del «mí mismo» y «lo mío». Yo no tengo la sensación de estar hablando. Hay este estar hablando, eso es todo. ¿Habla usted? Usted se oye a usted mismo hablar y dice: yo

hablo. Yo no tengo ninguna objeción a las convenciones de su lenguaje, pero ellas distorsionan y destruyen la realidad. Una manera más exacta de decirlo habría sido: «Hay estar hablando, estar trabajando, estar yendo, estar viniendo». Para que algo acontezca, el universo entero debe coincidir. Es erróneo creer que algo en particular puede causar un acontecer. Toda causa es universal. Su cuerpo mismo no existiría sin que el universo entero esté contribuyendo a su creación y supervivencia. Yo soy plenamente presenciador de que las cosas acontecen como acontecen debido a que el mundo es como es. Para afectar el curso de los aconteceres yo debo introducir un factor nuevo en el mundo y tal factor sólo puede ser mí mismo, el poder del amor y de la comprensión enfocados en mí.

## 4

# **Sólo hay un ensoñador, el Sí Mismo, soñando muchos sueños**

**En cada cuerpo hay un sueño,  
pero el que sueña es el mismo, el  
Sí Mismo, que se refleja a sí  
mismo en cada cuerpo como "yo  
soy".**

Mi sí mismo y su sí mismo son uno. Yo lo sé, pero usted no. Esa es toda la diferencia —y no puede durar.

Yo soy la otra persona, la otra persona es mí mismo; en nombre y forma somos diferentes,

pero no hay ninguna separación. En la raíz de nuestro ser somos uno.

¿Dónde están los muchos puntos [de consciencia]? En su mente. Usted insiste en que su mundo es independiente de su mente. ¿Cómo puede serlo? Su deseo de conocer las mentes de otras gentes se debe a su no conocimiento de su propia mente. Primero conozca usted su propia mente y encontrará que la cuestión de otras mentes ya no se plantea en absoluto, pues no hay otras gentes. Usted es el factor común, el único lazo entre las mentes. Ser es consciencia; «yo soy» se aplica a todos.

Finalmente, nada es mío ni suyo —todo es nuestro. Sea uno con usted mismo y usted será uno con todo, estará en casa en todo el universo.

Incluso hablar de reunir a la persona con el sí mismo no es correcto, debido a que no hay ninguna persona, sólo una imagen mental a quien se da una realidad falsa por convicción. Nada fue dividido y no hay nada que unir.

No hay ningún «mi sí mismo» y «su sí mismo». Hay sólo el Sí mismo, el único Sí mismo de todo. Extraviado por la diversidad de los nombres y de las formas, de las mentes y de los cuerpos, usted imagina múltiples sí mismos.

Nosotros somos ambos el sí mismo.

El único presenciador se refleja a sí mismo en los innumerables cuerpos como «yo soy». Mientras los cuerpos duran, por muy sutiles que sean, «yo soy» aparece como muchos. Más allá del cuerpo sólo hay el Uno.

Inquiera profundamente en la sensación de «yo soy», y ciertamente usted descubrirá que el centro perceptor es universal, tan universal como la luz que ilumina al mundo. Todo lo que acontece en el universo, le acontece a usted, el presenciador silente. Por otra parte, todo lo que se hace, es hecho por usted, la energía universal e inagotable.

**Todos los sueños pertenecen a un  
Mundo imaginario común y se  
influencian entre sí.**

La variedad de mundos personales no es tan grande. Todos los sueños están sobreimpuestos sobre un mundo común. En alguna medida se configuran y se influyen entre sí. La unidad

básica opera a pesar de todos. En la raíz de todo ello está el olvido de sí mismo; no saber quien soy yo. En un hospital puede haber muchos pacientes, todos durmiendo, todos soñando, cada uno soñando su propio sueño privado, personal, incomunicado, inafectado, con un único factor en común —la enfermedad. Similarmente, nosotros nos hemos divorciado en nuestra imaginación del mundo real de la experiencia común y nos hemos encerrado a nosotros mismos en una nube de deseos y temores, de imágenes y pensamientos, de ideas y conceptos personales.

## **El amor es ver la unidad bajo la diversidad imaginada.**

Verme a mí mismo en todos, y a todos en mí mismo, es certísimamente amor.

La consciencia en usted y la consciencia en mí, aparentemente dos, una en realidad, busca la unidad y eso es amor.

# 5

## **Sólo Yo soy, el Único, el Supremo**

**No sólo la multiplicidad de sí mismos es falsa; también la dualidad -Yo/Mundo, Sujeto/Objeto, Espíritu/Materia- es una apariencia transitoria en mi Consciencia.**

Mire bien de cerca y usted verá que el veedor y lo visto sólo aparecen cuando hay visión. Son atributos de la visión. Cuando usted dice «yo estoy viendo esto», «yo estoy» y «esto» vienen con la visión, no antes. Usted no puede tener un

«esto» no visto ni un «yo estoy» que no vea. El conocimiento es un reflejo de su verdadera naturaleza junto con el ser y el amor. El conocedor y lo conocido son agregados por la mente. Está en la naturaleza de la mente crear una dualidad sujeto-objeto donde no hay ninguna.

Todo pensamiento está en la dualidad. En la identidad ningún pensamiento sobrevive.

En realidad sólo hay percepción. El perceptor y lo percibido son conceptuales, el hecho de percibir es efectivo. Lo Absoluto es el lugar de nacimiento de la percepción. Hace posible la percepción.

En el momento en que usted dice: «yo soy», el universo entero, junto con su creador, vienen al ser.

No hay ningún «yo» aparte del cuerpo, ni tampoco hay ningún mundo. Los tres aparecen y desaparecen juntos. En la raíz está la sensación de «yo soy». Vaya más allá de ella. La idea: «yo no soy el cuerpo» es meramente un antídoto para la idea «yo soy el cuerpo», la cual es falsa. ¿Qué es ese «yo soy»? A no ser que usted se conozca a usted mismo, ¿qué más puede usted conocer?

Usted lo está [solo], en tanto que persona. En

su ser real usted es la totalidad.

Hay sólo ver; el veedor y lo visto están contenidos en el ver. No cree diferencias donde no hay ninguna.

## **Sólo existe mi Sí Mismo, la Consciencia Universal.**

¿Quién queda ahí para ser consciente de la inconsciencia? Mientras la ventana está abierta, hay luz solar en la habitación. Con las ventanas cerradas, el sol sigue estando ahí, ¿pero acaso ve la oscuridad en la habitación? ¿Hay algo como la oscuridad para el sol? No hay ninguna cosa tal como la inconsciencia, pues la inconsciencia no es experimentable.

En realidad sólo hay consciencia. Toda vida es consciente, toda consciencia —está viva. Incluso las piedras son conscientes y están vivas.

Nada existe por sí mismo. Todo es el Sí mismo, todo es mí mismo.

Todo es usted y de usted. No hay nadie más. Esto es un hecho.

Usted, el sí mismo, al ser la raíz de todo ser, consciencia y dicha, imparte su realidad a todo lo que usted percibe. Este impartir realidad tiene lugar invariablemente en el ahora, y no en ningún otro tiempo, debido a que el pasado y el futuro están sólo en la mente. El «ser» se aplica sólo al ahora.

Fuera del Sí mismo no hay nada. Todo es uno y todo está contenido en «yo soy». En los estados de vigilia y de sueño es la persona. En el sueño profundo y en turiya es el Sí mismo. Más allá de la alerta atención de turiya hay la gran paz silente de lo Supremo. Pero de hecho todo es uno en esencia y relativo en apariencia. En la ignorancia el veedor deviene lo visto y en la sabiduría es la visión.

Uno y todo son lo mismo para mí. La misma consciencia (chit) aparece como ser (sat) y como dicha (ananda); Chit en movimiento es Ananda; Chit sin movimiento es ser.

**Ni siquiera soy la Consciencia,  
que es dual y perceptible. Soy la**

# realidad desconocida que hay más allá.

Ni su cuerpo ni su mente, ni tampoco su consciencia es usted mismo.

El «yo soy» está en la raíz de todas las apariencias y es el lazo permanente en la sucesión de acontecimientos que llamamos vida, pero yo soy más allá del «yo soy».

Antes de la mente —yo soy. «Yo soy» no es un pensamiento en la mente; la mente me acontece a mí, yo no acontezco a la mente. Y puesto que el tiempo y el espacio están en la mente, yo soy más allá del tiempo y del espacio, eterno y omnipresente.

Tanto el sí mismo exterior como el interior son imaginados. La obsesión de ser un «yo» necesita otra obsesión con un «súper yo» para curarse, lo mismo que uno necesita una espina para quitarse una espina, o un veneno para neutralizar a un veneno. Toda aserción hace llamada a una negación, pero esto es sólo el primer paso. El siguiente es ir más allá de ambos.

Vaya más allá. Ni la consciencia, ni el «yo soy» en el centro de ella son usted. Su verdadero ser es enteramente no consciente de sí mismo,

completamente libre de toda autoidentificación con ninguna cosa cualquiera que sea, grosera, sutil o transcendental.

Mientras uno es consciente, habrá dolor y placer. Usted no puede luchar contra el dolor y el placer en el nivel de la consciencia. Para ir más allá de ellos, usted debe ir más allá de la consciencia, lo cual sólo es posible cuando usted mira a la consciencia como algo que le acontece a usted y que no es de usted, como algo externo, ajeno, sobreimpuesto. Entonces, repentinamente, usted es libre de la consciencia, realmente solo, sin nada intruso. Y eso es su verdadero estado. La consciencia es una erupción urticante que hace que usted se arrasque. Por supuesto, usted no puede salir de la consciencia porque la idea misma de salir está en la consciencia. Pero si usted aprende a observar su consciencia como una suerte de fiebre, personal y privada, en la que usted está encerrado como un pollito en su cascarón, de esta actitud misma vendrá la crisis que romperá el cascarón.

Yo soy consciente y no consciente, a la vez consciente y no consciente, y ni consciente ni no consciente —de todo esto yo soy el presenciador— pero en realidad no hay ningún presenciador,

debido a que no hay nada de lo que ser presenciador. Yo soy perfectamente vacío de todas las formaciones mentales, vacío de mente —y sin embargo plenamente consciente. Esto es lo que intento expresar al decir que yo soy más allá de la mente.

Cuando usted se da cuenta de que todo está en su mente y de que usted es más allá de la mente, de que usted es verdaderamente solo, entonces todo es usted.

Donde hay un universo, habrá también su contrapartida, Dios. Pero yo soy más allá de ambos.

Inclusive la fe en Dios es sólo una etapa en la vía. Finalmente usted abandona todo, pues usted llega a algo tan simple que no hay palabras para expresarlo.

Usted no puede conocer al conocedor, pues usted es el conocedor. El hecho de conocer prueba al conocedor. Usted no necesita ninguna otra prueba. El conocedor de lo conocido no es cognoscible. Lo mismo que la luz es conocida sólo en los colores, así también el conocedor es conocido sólo en el conocimiento.

Antes de que usted pueda decir «yo soy», usted debe estar aquí para decirlo. El ser no

necesita ser consciente de sí mismo. Usted no necesita saber para ser, pero usted debe ser para saber.

Usted no necesita saber lo que usted es. Es suficiente saber lo que usted no es. Lo que usted es, usted nunca lo sabrá, pues cada descubrimiento revela nuevas dimensiones por conquistar. Lo no conocido no tiene ningún límite.

Comprenda que usted no puede hacer una pregunta válida sobre usted mismo, debido a que usted no sabe a quién está preguntado.

Lo conocido es accidental, lo no conocido es el hogar de lo real. Vivir en lo conocido es esclavitud, vivir en lo no conocido es liberación.

La discontinuidad es la ley, cuando usted trata con lo concreto. Lo continuo no puede ser experimentado, pues no tiene bordes. La consciencia implica alteraciones, el cambio sigue al cambio, cuando una cosa o un estado acaba otro comienza; eso que no tiene ningún borde no puede ser experimentado en el significado común de la palabra. Uno sólo puede ser-lo, sin conocerlo, pero se puede saber lo que ello no es. Definitivamente, ello no es la totalidad del contenido de la consciencia, que está siempre en

movimiento. Realizar lo inmutable significa devenir inmutable. Yo estoy hablando de inmutabilidad, no de inmovilidad. Usted deviene inmutable en la rectitud, usted deviene un poder que endereza todas las cosas. Ello puede implicar o no implicar una actividad exterior intensa, pero la mente permanece profunda y tranquila.

Cuando usted va más allá de la presenciación, hay un estado de no dualidad, en el cual no hay ninguna cognición, sólo ser puro, que también puede llamarse no ser, si por ser usted entiende ser algo en particular.

Sólo [puedo describir el estado natural y supremo] por negación, como incausado, independiente, incomparable, indiviso, incompuesto, imperturbable, incuestionable, inalcanzable por el esfuerzo. Toda definición positiva viene de la memoria y, por lo tanto, es inaplicable. Y sin embargo mi estado es supremamente real y, por lo tanto, posible, realizable, asequible.

¿Cómo puedo ponerlo en palabras, excepto negándolas? Por lo tanto, uso palabras como atemporal, aespacial, acausal. Éstas también son palabras, pero como están vacías de significado, convienen a mi propósito. Debido a que usted

quiere palabras donde ninguna palabra se aplica.

## **Si bien desconocido e imposible de conocer, mi ser real es concreto y sólido como una roca.**

[El estado supremo] no es perceptible, debido a que es lo que hace la percepción posible. Es más allá del ser y del no ser. No es ni el espejo ni la imagen en el espejo. Es lo que es —la realidad atemporal, increíblemente dura y sólida.

Lo atemporal conoce el tiempo, el tiempo no conoce lo atemporal. Toda consciencia está en el tiempo y para ella lo atemporal aparece no consciente. Sin embargo es lo que hace la consciencia posible. La luz brilla en la oscuridad. En la luz la oscuridad no es visible. O bien, usted puede ponerlo al revés —en el océano sin límites de la luz aparecen las nubes de la consciencia— oscuras y limitadas, perceptibles por contraste. Éstos son meros intentos de expresar en palabras algo muy simple, y sin embargo enteramente inexpresable.

Vuelva usted la mente hacia dentro. Pase por alto lo móvil y se encontrará que usted mismo es la realidad sin cambio, siempre presente, inexpresable, pero sólida como una roca.

Esta realidad es tan concreta, es tan verdadera, es hasta tal punto más tangible que la mente y la materia, que comparado con ella incluso un diamante es blando como la mantequilla. Esta abrumadora realidad hace que el mundo parezca como un sueño, nebuloso, irrelevante.

[Mi condición es] absolutamente estable. Haga yo lo que haga, permanece como una roca — inamovible. Una vez que usted ha despertado a la realidad, usted permanece en ella. ¡Un niño no retorna a la matriz! Es un estado simple, más pequeño que lo más pequeño, más grande que lo más grande. Es evidente por sí mismo y sin embargo más allá de descripción.

**Soy la luz que hace posible a la  
Consciencia, Presenciación pura,  
el Sí Mismo no dual, la Realidad**

# Suprema, el Absoluto, la esencia del Ser, la Presenciación de la Consciencia.

¿Quién es usted? No recurra a fórmulas. La respuesta no está en las palabras. Lo más cercano que usted puede decir con palabras es: yo soy lo que hace la percepción posible, la vida más allá del experimentador y de su experiencia.

En la raíz de mi ser hay presenciación pura, una chispa de luz intensa. Esta chispa, por su naturaleza misma, irradia y crea imágenes en el espacio y eventos en el tiempo —sin esfuerzo y espontáneamente. Mientras es meramente presenciación no hay ningún problema. Pero cuando la mente discriminativa viene al ser y crea distinciones, surgen el placer y el sufrimiento. Durante el sueño profundo la mente está en suspenso y también lo están el sufrimiento y el placer. El proceso de creación continúa pero no se nota. La mente es una forma de consciencia, y la consciencia es un aspecto de la vida. La vida crea todo, pero lo Supremo es más allá de todo.

El universo entero (mahadakasha) existe sólo en la consciencia (chidakasha), mientras que yo

tengo mi estación en lo Absoluto (paramakasha). En el ser puro emerge la consciencia; en la consciencia el mundo aparece y desaparece. Todo lo que es, es mí mismo; todo lo que es, es mío. Antes de todos los comienzos, después de todos los finales —yo soy. Todo tiene su ser en mí, en el «yo soy», que brilla en todo ser vivo. Incluso el no ser es impensable sin mí. Ocurra lo que ocurra, yo debo estar ahí para presenciarlo.

Usted es siempre lo Supremo que aparece en un punto dado del tiempo y del espacio como el presenciador, un puente entre la presenciación pura de lo Supremo y la consciencia múltiple de la persona. Una vez que usted se da cuenta de que nada de cuanto aparece ante usted puede ser usted, ni puede decir «yo soy», usted está liberado de todas sus «personas» y de sus demandas. La sensación de «yo soy» es suya propia. Usted no puede separarse de ella, pero usted puede impartírsela a algo, como cuando usted dice: yo soy joven, yo soy rico, etc. Tales autoidentificaciones son patentemente falsas y son la causa de esclavitud.

En realidad sólo lo Último es. El resto es cuestión de nombre y forma. Y mientras usted se aferre a la idea de que sólo existe lo que tiene

nombre y forma, lo Supremo le parecerá a usted no existente. Cuando usted comprenda que los nombres y las formas son cascarones vacíos sin ningún contenido, y que lo que es real es sin nombre y sin forma, pura energía de vida y luz de la consciencia, usted estará en paz —inmerso en el profundo silencio de la realidad.

El Estado Supremo es universal, aquí y ahora; todo el mundo participa ya en él. Es el estado de ser —conocer y amar. ¿Quién no ama ser, o no conoce su propia existencia? Pero nosotros no sacamos ninguna ventaja de esta dicha de ser consciente, no entramos en ella y no la purificamos de todo lo que le es ajeno.

Una cosa está completamente clara para mí: todo lo que es, vive y se mueve y tiene su ser en la consciencia y yo soy en esa consciencia y más allá de esa consciencia. Yo soy en ella como el presenciador. Yo soy más allá de ella como Ser.

La sensación de «yo soy» se compone de luz pura y de la sensación de ser. El «yo» está aquí incluso sin el «soy». Igualmente, la luz pura está aquí tanto si usted dice «yo» como si no lo dice. Devenga consciente de esa luz pura y nunca la perderá. La esividad en el ser, la presenciación en la consciencia, el interés en cada experiencia —

eso no es descriptible, aunque es perfectamente accesible, pues no hay nada más.

# 6

## El gran ciclo

### **La alternación de lo manifiesto (existencia) y lo inmanifiesto (ser puro).**

Una vez que usted se da cuenta de que el camino es la meta y de que usted está siempre en el camino, no para alcanzar una meta, sino para gozar de su belleza y de su sabiduría, la vida deja de ser un trabajo y deviene natural y simple, un éxtasis en sí misma.

Después de todo, ¿qué quiere usted en realidad? No es perfección; usted ya es perfecto. Lo que usted busca es expresar en la acción lo que usted es. Para esto usted tiene un cuerpo y una mente. Tómelos de la mano y haga que le

servan.

## **La manifestación de lo Absoluto.**

Eso a lo que no puede darse nombre ni forma, porque es sin cualidad y más allá de la consciencia. Usted puede decir que es un punto en la consciencia, que es más allá de la consciencia. Como un agujero en el papel, que está a la vez en el papel y que sin embargo no es papel, así es el estado supremo en el centro mismo de la consciencia, y sin embargo más allá de la consciencia. Es como una abertura en la mente a través de la que la mente se inunda de luz. La abertura no es la luz. Es sólo una abertura. Desde el punto de vista de la mente, es sólo una abertura para que la luz de la presenciación entre en el espacio mental. Por sí misma la luz sólo puede compararse a una masa de presenciación pura, sólida, densa, como una roca, homogénea y sin cambio, libre de los modelos mentales de nombre y forma. Lo supremo da existencia a la mente. La mente da

existencia al cuerpo.

No puede haber ninguna experiencia de lo Absoluto, pues es más allá de toda experiencia. Por otra parte, el sí mismo es el factor que experimenta en toda experiencia y así, de alguna manera, valida la multiplicidad de las experiencias. El mundo puede estar lleno de cosas de gran valor, pero si no hay nadie para comprarlas, entonces su precio es nulo. Lo Absoluto contiene todo lo experimentable, pero sin el experimentador todo se reduce a nada. Eso que hace la experiencia posible es lo Absoluto. Eso que la hace efectiva es el Sí mismo.

El cuerpo aparece en su mente, y su mente es el contenido de su consciencia; usted es el presenciador inmutable del río de la consciencia que cambia eternamente sin que usted cambie de ninguna manera. Su propio no cambio es tan evidente que usted no lo nota. Todo el universo está en usted y no puede ser sin usted. El mundo existe en la memoria, la memoria está en la consciencia; la consciencia existe en la presenciación y la presenciación es el reflejo de la luz sobre en las aguas de la existencia.

Nadie puede decir «yo soy el presenciador». El «yo soy» es siempre presenciado. El estado de

presenciación no apegada es la consciencia presenciador, el «espejo de la mente». Surge y se pone con su objeto, y así no es completamente lo real. Pero sea cual sea su objeto, permanece idéntico a sí mismo, de aquí que también es real. Participa a la vez de lo real y de lo irreal y por lo tanto es un puente entre los dos.

Ninguna de ambas viene primero [mente o materia], pues ninguna de ambas aparece sola. La materia es la forma, la mente es el nombre. Juntas hacen el mundo. La Realidad es omnipenetrante y trascendente, es ser—consciencia—felicidad pura, la verdadera esencia de usted.

Cuando la identificación de sí mismo con el cuerpo ya no está, todo el espacio y el tiempo están en su mente, que es una mera ondulación en la consciencia, la cual es la presenciación reflejada en la naturaleza. La presenciación y la materia son los aspectos activo y pasivo del ser puro, que está en ambas y más allá de ambas.

La consciencia lo es siempre del movimiento, del cambio. No puede haber ninguna cosa tal como consciencia sin cambio. El no cambio borra la consciencia inmediatamente. Un hombre privado de sensaciones externas o internas se

queda en blanco, o va más allá de la consciencia y de la inconsciencia al estado sin nacimiento y sin muerte. Sólo cuando se unen el espíritu y la materia nace la consciencia.

## **El retorno a lo Absoluto.**

Hay el cuerpo y hay el Sí mismo. Entre ellos está la mente, en la que el Sí mismo se refleja como «yo soy». Debido a las imperfecciones de la mente, a su rudeza y agitación, a su falta de discernimiento y de visión, ella se toma a sí misma por el cuerpo, no por el Sí mismo. Todo lo que se necesita es purificar la mente a fin de que pueda realizar su identidad con el Sí mismo. Cuando la mente se sumerge en el Sí mismo, el cuerpo no presenta ningún problema. Sigue siendo lo que es, un instrumento de cognición y de acción, la herramienta y la expresión del fuego creativo interior. El valor último del cuerpo es que sirve para descubrir el cuerpo cósmico, que es el universo en su totalidad. Cuando usted se da cuenta de usted mismo en la

manifestación, usted continúa descubriendo que usted es siempre más de lo que usted había imaginado.

La mente produce pensamientos incesantemente, incluso cuando usted no los observa. Cuando usted sabe lo que está ocurriendo en su mente, usted lo llama consciencia. Esto es su estado de vigilia —su consciencia cambia de una sensación a otra, de una percepción a otra, de una idea a otra, en sucesión sin fin. Después viene la presenciación, el conocimiento directo de toda la consciencia, de la totalidad de la mente. La mente es como un río, que corre incesantemente en el lecho del cuerpo; usted se identifica a usted mismo por un momento con alguna minúscula ola particular y a eso lo llama: «mi pensamiento». Todo aquello de lo que usted es consciente, es su mente; la presenciación es el conocedor de la consciencia como un todo.

La consciencia viene y va, la presenciación brilla inmutablemente. Cuando hay una persona, hay también consciencia. El «yo soy», la mente, la consciencia denotan el mismo estado. Si usted dice «yo presencio», ello sólo significa: «yo soy consciente de pensar que presencio». En la

presenciación no hay ningún «yo soy». El presenciador es de la mente. El presenciador parte con lo presenciado. En el estado de no dualidad toda separación cesa.

[El presenciador] es ambos [real e irreal]. El último remanente de la ilusión, el primer toque de lo real. Decir: yo soy sólo el presenciador es a la vez falso y verdadero: falso debido al «yo soy», verdadero debido al presenciador. Es mejor decir: «hay presenciación». En el momento en que usted dice: «yo soy», el universo entero, junto con su creador, vienen al ser.

Por su naturaleza misma la mente está vuelta hacia fuera; siempre tiende a buscar la fuente de las cosas entre las cosas mismas; el que se le diga a uno que busque la fuente dentro es, de alguna manera, el comienzo de una nueva vida. La presenciación ocupa el lugar de la consciencia; en la consciencia hay el «yo», que es consciente, mientras que la presenciación es indivisa; la presenciación es consciente de sí misma. El «yo soy» es un pensamiento, mientras la presenciación no es un pensamiento; no hay ningún «yo soy consciente» en la presenciación. La consciencia es un atributo, mientras la presenciación no lo es; uno puede ser

presenciación de ser consciente, pero no consciente de ser presenciación. Dios es la totalidad de la consciencia, pero la presenciación es más allá de todo —del ser y del no ser.

La totalidad de las experiencias conscientes es la naturaleza. Como un sí mismo consciente usted es parte de la naturaleza. Como presenciación, usted es más allá. Ver la naturaleza como mera consciencia es presenciación. Hay niveles en la consciencia, pero no en la presenciación. Es de una sola pieza, homogénea. Su reflejo en la mente es amor y comprensión. Hay niveles de claridad en la comprensión y de intensidad en el amor, pero no en su fuente. La fuente es simple y única, pero sus dones son infinitos. Solamente no tome los dones por la fuente. Dése cuenta de usted mismo como la fuente y no como el río; eso es todo. Por supuesto, usted también es el río. Como un «yo soy» usted es el río, que fluye entre las orillas del cuerpo. Pero usted es también la fuente y el océano y las nubes en el cielo. Dondequiera que hay vida y consciencia, usted es. Más pequeño que lo más pequeño, más grande que lo más grande, usted es, mientras que todo lo demás aparece.

No puede haber experiencia más allá de la consciencia. Sin embargo, hay la experiencia de ser a secas. Hay un estado más allá de la consciencia que no es inconsciente. Algunos lo llaman superconsciencia o consciencia pura o consciencia suprema. Es presenciación pura, libre del nexo sujeto-objeto. La consciencia es intermitente, está llena de lagunas. Sin embargo hay la continuidad de la identidad. ¿A qué se debe este sentido de identidad sino a algo más allá de la consciencia?

## **No hay diferencias reales. Sólo el Uno es real.**

El conocedor viene y va con lo conocido, y es transitorio; pero eso que sabe que no sabe, que está libre de memoria y de anticipación, es atemporal.

Lo conocido es sólo una forma y el conocimiento es sólo un nombre. El conocedor es sólo un estado de la mente. Lo real es más allá. Todo conocimiento está en la memoria; es

sólo reconocimiento, mientras que la realidad es más allá de la dualidad del conocedor y lo conocido. ¡Cuánto confunde su lenguaje! Usted asume, inconscientemente, que la realidad también es accesible por medio del conocimiento. ¡Y entonces usted introduce un conocedor de la realidad más allá de la realidad! Comprenda que para ser la realidad no necesita ser conocida. La ignorancia y el conocimiento están en la mente, no en lo real.

En realidad, usted está en busca de usted mismo, sin saberlo. Usted está anhelante de amor por lo que es digno de amor, lo perfectamente adorable. Debido a la ignorancia usted lo está buscando en el mundo de los opuestos y de las contradicciones. Cuando usted lo encuentre dentro, su búsqueda habrá terminado.

Dolor y placer, bueno y malo, justo e injusto: éstos son términos relativos y no deben tomarse absolutamente. Son limitados y temporales.

Cuando todos los nombres y formas han sido abandonados, lo real es con usted. Usted no necesita buscarlo. La pluralidad y la diversidad son sólo el juego de la mente. La realidad es una.

En la realidad sólo hay la fuente, obscura en sí misma, que hace que todo brille. Ella misma

no percibida, causa la percepción. Ella misma no pensable, causa el pensamiento. Ella misma no ser, da nacimiento al ser. Ella es el trasfondo inmutable del movimiento. Una vez que usted está ahí usted está en casa por todas partes.

# 7

## **La meta: Liberación a través de la Realización del Sí Mismo**

### **El evangelio de la realización del Sí Mismo.**

El evangelio de la realización de sí mismo, una vez oído, no se olvidará nunca. Como una semilla depositada en la tierra, esperará la estación adecuada y brotará y se transformará en un árbol vigoroso.

Quebrarse la cabeza con mis palabras e intentar aprehender su significado pleno es una sadhana completamente suficiente para derribar el muro.

Sólo puede haber progreso en la preparación (sadhana). La realización es repentina. El fruto madura lentamente, pero cae repentinamente y sin retorno.

La preparación es gradual, el cambio mismo es repentino y completo. El cambio gradual no le lleva a usted a un nivel nuevo del ser consciente. Usted necesita coraje para abandonar. [La falta de coraje] se debe a que usted no está plenamente convencido. La convicción completa genera a la vez el deseo y el coraje. Y la meditación es el arte de obtener la fe por medio de la comprensión. En la meditación usted considera la enseñanza recibida, en todos sus aspectos y repetidamente, hasta que de la claridad nace la confianza y, con la confianza, la acción. La convicción y la acción son inseparables.

No hay etapas en la realización de sí mismo. No hay nada gradual en ello. Acontece repentinamente y es irreversible. Usted rota en una nueva dimensión, desde la que las dimensiones anteriores se ven como meras abstracciones. Lo mismo que a la salida del sol usted ve las cosas como son, así también con la realización de sí mismo usted ve todo como ello es. El mundo de las ilusiones es dejado atrás.

La experiencia [de la realización de sí mismo] es única e inequívoca. Amanecerá en usted repentinamente, cuando los obstáculos sean eliminados en alguna medida. Es como una cuerda gastada que se rompe. Lo suyo es gastar las fibras. La rotura no puede no acontecer. Puede ser retrasada, pero no puede ser impedida.

Con la realización usted se siente completo, pleno, libre del complejo placer-dolor, y sin embargo no siempre capaz de explicar lo que ha acontecido, por qué ni cómo. Usted sólo puede ponerlo en términos negativos: «Ya no hay nada mal en mí». Es sólo por comparación con el pasado como usted sabe que usted está fuera de él. De otro modo —usted es sólo usted mismo. No intente transmitirlo a otros. Si usted puede hacerlo, no es la cosa real. Sea silente y obsérvelo expresarse a sí mismo en la acción.

## **El jnani.**

La persona, el «yo soy este cuerpo, esta mente, esta cadena de recuerdos, este paquete de

deseos y de temores» desaparece, pero algo que usted puede llamar identidad, queda. Ello me permite devenir una persona cuando es preciso.

A mí nunca me acontece nada. Hay algo sin cambio, sin movimiento, inmutable, semejante a una roca, inexpugnable; una masa sólida de puro ser-consciencia-felicidad. Yo nunca estoy fuera de ella. Nada puede sacarme de ella, ninguna tortura, ninguna calamidad.

Los tres estados son sueño para mí. Mi estado de vigilia es más allá de ellos. Cuando les miro a ustedes, todos ustedes aparecen dormidos, soñando mundos suyos propios. Yo soy presenciador, pues no imagino nada. No es samadhi, que no es más que un tipo de sueño. Es un estado inafectado por la mente, libre del pasado y del futuro. En su caso está distorsionado por el deseo y el temor, por los recuerdos y esperanzas; en el mío es como es — normal. Ser una persona es estar dormido.

El mundo de la mente y de la materia, de los nombres y de las formas, continúa, pero no es incumbencia mía en absoluto. Es como tener una sombra. Está aquí —siguiéndome a dondequiera que voy, pero sin estorbarme de ninguna manera. Sigue siendo un mundo de experiencias, pero no

de nombres y de formas relacionados conmigo por deseos y temores. Las experiencias son sin cualidad, experiencia puras, si se puede decir así. Las llamo experiencias a falta de una palabra mejor. Son como las olas sobre la superficie del océano, siempre presentes, pero sin afectar a su apacible poder.

En el momento en que usted conoce su ser real, usted no tiene miedo de nada. La muerte da libertad y poder. Para ser libre en el mundo, usted debe morir al mundo. Entonces el universo es suyo propio, deviene su cuerpo, una expresión y una herramienta. La felicidad de ser absolutamente libre está más allá de descripción.

Un jnani dispone de un modo de percepción espontánea, no sensorial, que le hace conocer las cosas directamente, sin la intermediación de los sentidos. Él es más allá de lo perceptual y de lo conceptual, más allá de las categorías del tiempo y del espacio, del nombre y de la forma. Él no es ni lo percibido ni el perceptor, sino el factor simple y universal que hace posible el percibir.

# 8

## **El camino a la Realización**

### **No se consigue a través de la actividad**

Nada de lo que usted haga le cambiará, pues usted no necesita ningún cambio. Usted puede cambiar su mente o su cuerpo, pero es siempre algo externo a usted lo que ha cambiado, no usted mismo. ¿Por qué preocuparme en absoluto de cambiar? Dése cuenta de una vez por todas de que ni su cuerpo ni su mente, ni tampoco su consciencia es usted mismo y permanezca en paz en su naturaleza verdadera más allá de la consciencia y de la no consciencia. Ningún esfuerzo puede llevarle a usted ahí, sólo la claridad de la comprensión.

No intente reformarse a usted mismo, vea sólo la futilidad de todo cambio. Lo que cambia, cambia sin cesar, mientras que lo que no cambia, está esperando. No espere que lo que cambia le lleve a usted a lo que no cambia —ello jamás puede acontecer. Sólo cuando la idea misma de cambiar se ve como falta y se abandona, lo que no cambia puede venir por sí mismo.

Si usted es serio, encontrará que finalmente usted está harto de andar de acá para allá y lamentará el derroche de energía y de tiempo. Para encontrarse a usted mismo usted no necesita dar un solo paso.

No haga nada, sólo sea. En el ser todo acontece naturalmente.

No ser nada, no conocer nada, no tener nada. Ésta es la única vida digna de ser vivida. La única felicidad digna de ser tenida.

Usted no puede hacer nada. Lo que el tiempo ha traído, el tiempo se lo llevará. Éste es el fin del Yoga —realizar la independencia. Todo lo que acontece, acontece en la mente y a la mente, no a la fuente del «yo soy». Una vez que usted se da cuenta de que todo acontece por sí mismo (llámelo destino, o la voluntad de Dios o mero accidente), usted permanece sólo como

presenciador, comprendiendo y gozando, pero no perturbado. Usted sólo es responsable de lo que usted puede cambiar. Todo lo que usted puede cambiar es su actitud. Ahí está su responsabilidad.

La liberación no es el resultado de algunos medios aplicados hábilmente, ni de las circunstancias. Está más allá del proceso causal. Nada puede forzarla, nada puede impedirla.

El Sí mismo está cerca y la vía a él es fácil. Todo lo que usted necesita hacer es no hacer nada.

Permanezca abierto y sereno, eso es todo. Lo que usted busca está tan cerca de usted, que no hay ningún sitio para una vía.

Habiéndose dado cuenta de que usted no puede influenciar los resultados, no preste ninguna atención a sus deseos y temores. Déjelos venir e irse. No les dé el alimento del interés y de la atención.

No hay nada que hacer. Sólo sea. No haga nada. SEA. Nada de escalar montañas ni de sentarse en cavernas. Yo ni siquiera digo: «sea usted mismo», puesto que usted no se conoce a usted mismo. Sólo sea. Una vez visto que usted no es ni el mundo «exterior» de las cosas

perceptibles, ni el mundo «interior» de las cosas conceptibles, que usted no es ni el cuerpo ni la mente —sólo sea.

## **Ningún esfuerzo es necesario**

No hay ningún lugar para el esfuerzo en la realidad. Es la egoismidad, debida a la identificación de sí mismo con el cuerpo, la que constituye el principal problema y la causa de todos los demás problemas. Y la egoismidad no puede ser eliminada por el esfuerzo, sino sólo por una clara visión de sus causas y efectos. El esfuerzo es un signo de conflicto entre deseos incompatibles. Deben ser vistos como tales — sólo entonces se disuelven.

A menos que usted haga tremendos esfuerzos, usted no se convencerá de que el esfuerzo no le llevará a usted a ninguna parte. El sí mismo es tan autosuficiente, que a menos que se desaliente totalmente, no abandonará. La mera convicción verbal no es suficiente. Sólo los hechos puros y duros pueden mostrar la absoluta

nadidad de la imagen de sí mismo.

En cada una [de las escuelas de Yoga] se puede progresar hasta el punto en que todo deseo de progreso debe ser abandonado para hacer posible el último progreso. Entonces todas las escuelas son abandonadas, todos los esfuerzos cesan; en soledad y obscuridad se da el último paso, el cual acaba con la ignorancia y el miedo para siempre.

Abandone todo intento, sólo sea; no se esfuerce, no luche, deje que se vaya todo apoyo, aférrese a la ciega sensación de ser, barriendo todo lo demás. Esto es suficiente.

Profundice y ensanche su presenciación de usted mismo y fluirán todas las bendiciones. Usted no necesita buscar nada, todo vendrá a usted de la manera más natural y sin esfuerzo.

Mantenga el «yo soy» en el foco de la presenciación, recuerde que usted es, obsérvese a usted mismo incesantemente y lo no consciente fluirá a lo consciente sin ningún esfuerzo especial de su parte.

No hay ningún esfuerzo en presenciar. Usted comprende que usted es sólo el presenciador y la comprensión actúa. Usted no necesita nada más, sólo recordar que usted es únicamente el

presenciador.

Habiendo realizado que yo soy uno con el mundo, y sin embargo más allá del mundo, devine libre de todo deseo y temor. No razoné que debía ser libre —me encontré a mí mismo libre— inesperadamente, sin el menor esfuerzo.

## **Pero hay una condición previa: seriedad ahora.**

Toda espera es vana. Depender del tiempo para resolver nuestros problemas es engañarse a sí mismo. El futuro, dejado a sí mismo, repite meramente el pasado. El cambio sólo puede acontecer ahora, nunca en el futuro.

La acción pospuesta es una acción abandonada. Puede haber otras oportunidades para otras acciones, pero el momento presente se pierde —se pierde irremediablemente. Toda preparación es para el futuro —usted no puede prepararse para el presente.

Una vez que usted se da cuenta de que el cuerpo depende de la mente, y la mente de la

consciencia, y la consciencia de la presenciación, y no al revés, su pregunta sobre la espera para la realización del sí mismo, hasta que usted muera, está respondida. No es que usted deba librarse de la idea de «yo soy el cuerpo» primero, y después realizar el sí mismo. Es definitivamente al revés —usted se aferra a lo falso, debido a que usted no conoce lo verdadero. La seriedad, no la perfección, es una precondition para la realización de sí mismo. Las virtudes y los poderes vienen con la realización, no antes.

La seriedad no es una avidez por los frutos de los afanes de uno. Es la expresión de un cambio interior de interés, lejos de lo falso, de lo no esencial, de lo personal.

[La persona no es eliminada] por medio de determinación. Comprenda que ella debe partir y quiera que ella parta —partirá si usted es serio al respecto.

Es la seriedad lo que es el factor crucial e indispensable. La sadhana es sólo una vasija y debe estar llena hasta el borde de seriedad, que no es sino el amor en acción. Pues sin amor no puede hacerse nada.

Usted debe encontrar su propio camino. A no ser que lo encuentre, no será su propio camino y

no le llevará a usted a ninguna parte. Viva seriamente su verdad como la ha encontrado — actúe con lo poco que usted ha comprendido. Es la seriedad la que le llevará más allá, no el talento —ni el suyo ni el de ningún otro.

Para encontrar la realidad usted debe ser real hasta en la más pequeña de las acciones diarias; no puede haber ningún engaño en la búsqueda de la verdad.

Su primera tarea es ver la aflicción en usted y alrededor de usted; la siguiente es anhelar intensamente la liberación. La intensidad misma del anhelo le guiará a usted; usted no necesita ninguna otra guía.

Es lo absoluto en usted lo que le lleva a lo absoluto más allá de usted —verdad absoluta, amor, no egoísmo son los factores decisivos en la realización de sí mismo. Con seriedad pueden alcanzarse.

El remedio está en la claridad e integridad de pensamiento. Intente comprender que usted vive en un mundo de ilusiones, examínelas y descubra sus raíces. El intento mismo de hacerlo le hará a usted serio, pues hay felicidad en el esfuerzo justo.

La mera renuncia física es sólo una señal de

seriedad, pero la seriedad sola no libera. Debe haber comprensión, la cual viene con la perceptividad alerta, la indagación vehemente y la investigación profunda. Usted debe trabajar infatigablemente por su salvación del pecado y de la aflicción.

## **No se consigue a través del conocimiento de cosas.**

El mero conocimiento no es suficiente; el conocedor debe ser conocido. Los Pandits y los Yogis pueden conocer muchas cosas, ¿pero de qué utilidad es el mero conocimiento cuando no se conoce al sí mismo? Ciertamente, será mal usado. Sin el conocimiento del conocedor no puede haber ninguna paz.

Lo mismo que cada gota del océano lleva el sabor del océano, así también cada momento lleva el sabor de la eternidad. Las definiciones y las descripciones tienen su lugar como incentivos útiles para una búsqueda ulterior, pero usted debe ir más allá de ellas adentro de lo que es

indefinible e indescriptible, excepto en términos negativos.

Para tratar con las cosas se necesita el conocimiento de las cosas. Para tratar con las gentes, usted necesita agudeza, simpatía. Para tratar con usted mismo usted no necesita nada. Sea lo que usted es: ser consciente, y no se aparte de usted mismo.

Relativamente —sí. Absolutamente —no hay ninguna cosa. Saber que nada es, es verdadero conocimiento.

El descubrimiento de la verdad está en el discernimiento de lo falso. Usted puede conocer lo que no es. Lo que es —usted sólo puede serlo. El conocimiento es relativo a lo conocido. En un sentido es la contrapartida de la ignorancia. Donde la ignorancia no es, ¿dónde está la necesidad del conocimiento? Por sí mismos ni la ignorancia ni el conocimiento tienen ser. Son sólo estados de la mente, que a su vez no es más que una apariencia de movimiento en la consciencia.

La verdad sólo puede ser expresada por la negación de lo falso —en acción. Para esto usted debe ver lo falso como falso (*viveka*) y rechazarlo (*vairagya*). El abandono de lo falso

libera y da energía. Deja abierta la senda a la perfección.

Usted debe desaprender todo. Dios es el fin de todo deseo y conocimiento.

Ahora no sé nada, pues todo conocimiento está sólo en el sueño y no es válido. Yo me conozco a mí mismo y no encuentro ninguna vida ni muerte en mí, sólo puro ser —no ser esto o eso, sino sólo ser.

## **No se consigue a través de las experiencias.**

La experiencia sólo deja recuerdos tras de sí y aumenta el fardo que ya es suficientemente pesado. Usted no necesita ninguna experiencia más. Las pasadas son suficientes. Y si usted siente que usted necesita más, mire dentro de los corazones de las gentes que le rodean. Usted encontrará una variedad de experiencias por las que usted no podría pasar ni en un millar de años. Aprenda de las aflicciones de los demás y ahórrese usted las suyas propias. No es

experiencia lo que usted necesita, sino la liberación de toda experiencia.

La mayoría de las gentes vegetan, pero no viven. Meramente acumulan experiencia y enriquecen su memoria. Pero la experiencia es la negación de la Realidad, que no es ni sensorial ni conceptual, ni del cuerpo, ni de la mente, aunque incluye y trasciende a ambos.

No hay ninguna cosa tal como la experiencia de lo real. Lo real es más allá de la experiencia. Toda experiencia está en la mente. Usted conoce lo real siendo lo real.

Toda experiencia es ilusoria, limitada y temporal. No espere nada de la experiencia. La realización por sí misma no es una experiencia, aunque puede conducir a una nueva dimensión de experiencias. Sin embargo, las nuevas experiencias, por interesantes que sean, no son más reales que las viejas. Definitivamente, la realización no es una nueva experiencia. Es el descubrimiento del factor atemporal en toda experiencia. Es la presenciación, que hace posible la experiencia. Lo mismo que en todos los colores la luz es el factor incoloro, así también en toda experiencia la presenciación está presente, pero no es una experiencia.

Interésese en usted mismo más allá de toda experiencia, sea con usted mismo, ámese a usted mismo; la seguridad última se encuentra sólo en el conocimiento de sí mismo. La cosa principal es la seriedad. Sea honesto con usted mismo y nada le traicionará.

## **Sino a través de conocimiento del sí mismo.**

Si usted quiere vivir sana, creativa y dichosamente, y tener riquezas infinitas que compartir, busque lo que usted es.

Profundice y ensanche su presenciación de usted mismo y fluirán todas las bendiciones. Usted no necesita buscar nada, todo vendrá a usted de la manera más natural y sin esfuerzo.

A menos que usted se conozca a usted mismo bien, ¿cómo puede usted conocer a otro? Y cuando usted se conoce a usted mismo —usted es el otro.

Acallar los temores y satisfacer los deseos no eliminará esta sensación de vacío de la que cual

usted está intentando escapar; sólo el conocimiento de sí mismo puede ayudarle a usted. Por conocimiento de sí mismo quiero decir pleno conocimiento de lo que usted no es. Tal conocimiento es asequible y final; pero para el descubrimiento de lo que usted es no puede haber ningún fin. Cuanto más descubre usted, tanto más queda por descubrir.

La recompensa del conocimiento de sí mismo es la liberación del sí mismo personal. Usted no puede conocer al conocedor, pues usted es el conocedor. El hecho de conocer prueba al conocedor. Usted no necesita ninguna otra prueba. El conocedor de lo conocido no es cognoscible. Lo mismo que la luz es conocida sólo en los colores, así también el conocedor es conocido sólo en el conocimiento.

Comience por el comienzo: preste atención al hecho de que usted es. En ningún tiempo puede usted decir «yo no era» —todo lo que usted puede decir es: «yo no recuerdo». Usted sabe cuan poco fiable es la memoria. Acepte que, inmerso en pequeños asuntos personales, usted ha olvidado lo que usted es; intente recobrar la memoria pérdida a través de la eliminación de lo conocido. A usted no puede decirsele lo que

acontecerá, ni ello es deseable; la anticipación creará ilusiones. En la búsqueda interior lo inesperado es inevitable; el descubrimiento está invariablemente más allá de toda imaginación. Lo mismo que un niño no nacido no puede conocer la vida de después del nacimiento, pues no tiene nada en su mente con lo que formar una imagen válida, así también la mente es incapaz de pensar en lo real en los términos de lo irreal, excepto por negación: «Ni esto, ni eso». La aceptación de lo irreal como real es el obstáculo; ver lo falso como falso y abandonar lo falso trae la realidad al ser.

Primero dése cuenta de su propio ser. Esto es fácil debido a que la sensación de «yo soy» está siempre con usted. Entonces encuéntrese a usted mismo como el conocedor, aparte de lo conocido. Una vez que usted se conoce a usted mismo como ser puro, el éxtasis de la liberación es suyo.

Lo que usted toma por el «yo» en el «yo soy» no es usted. Saber que usted es, es natural; saber lo que usted es, es el resultado de mucha investigación. Usted tendrá que explorar todo el campo de la consciencia e ir más allá de ella.

¿Cómo sabe que usted no se conoce a sí

mismo? Su intuición directa le dice que usted mismo es lo que usted conoce primero, pues nada existe para usted si usted no está aquí para experimentar su existencia. Usted imagina que no se conoce a usted mismo, debido a que usted no puede describirse. Usted puede decir siempre: «yo sé que yo soy», y usted negará como no verdadera la afirmación: «yo no soy». Pero todo lo que puede describirse no puede ser su sí mismo, y lo que usted es no puede ser descrito. Usted sólo puede conocer su sí mismo siendo su sí mismo, sin ningún intento de autodefinition ni de autodescripción. Una vez que usted ha comprendido que usted no es nada perceptible ni concebible, que todo lo que aparece en el campo de la consciencia no puede ser su sí mismo, usted se aplicará a la erradicación de toda autoidentificación como la única vía que puede llevarle a usted a una realización más profunda de su sí mismo.

Saber que usted no está ni en el cuerpo ni en la mente, aunque es presenciador de ambos, es ya conocimiento de sí mismo.

Ha aprendido usted tantas palabras, ha hablado usted tantas palabras. Usted conoce todo, pero no se conoce a usted mismo. Pues el sí

mismo no es conocido por medio de palabras — sólo la visión directa lo revelará. Mire dentro, busque dentro.

## **No se consigue a través de la mente.**

Es sólo su mente lo que impide su conocimiento de sí mismo.

Nada puede perturbarle a usted excepto su propia imaginación.

No hay ninguna cosa tal como la paz de la mente. Mente quiere decir perturbación; la inquietud misma es la mente.

Trate su propia mente primero. Cuando usted se dé cuenta de que su mente también es una parte de la naturaleza, la dualidad cesará. Debido a que la naturaleza está en la mente; sin la mente, ¿dónde está la naturaleza?

Use su mente para conocer su mente. Es perfectamente legítimo y también la mejor preparación para ir más allá de la mente.

Comprenda su propia mente y su dominio

sobre usted se quebrará. La mente no comprende, la no comprensión es su naturaleza misma. La comprensión correcta es el único remedio.

Todo cambio afecta sólo a la mente. Para ser lo que usted es, usted debe ir más allá de la mente, dentro de su propio ser. Carece de importancia lo que es la mente que usted deja atrás, siempre que usted la deje atrás de una vez por todas. Nuevamente, esto no es posible sin la realización de sí mismo. Definitivamente, la realización de sí mismo viene primero. La mente no puede ir más allá de sí misma por sí misma. Debe explotar. El poder explosivo viene de lo real. Pero usted debe estar muy pendiente de tener su mente lista para ello.

La realidad no es el resultado de un proceso; es una explosión. Está definitivamente más allá de la mente, pero todo lo que usted puede hacer es conocer bien su mente. No es que la mente vaya a ayudarle a usted, pero conociendo su mente usted puede evitar que su mente le incapacite. Usted tiene que estar muy alerta, o su mente le engañará a usted. Es como vigilar a un ladrón —no es que usted espere nada de un ladrón, sino que usted no quiere ser robado. De la misma manera usted presta suma atención a la

mente sin esperar nada de ella.

Observe su mente, como viene al ser, como funciona. Cuando usted observa su mente, usted se descubre a usted mismo como el observador. Cuando usted permanece inmóvil, sólo observando, usted se descubre a usted mismo como la Luz detrás del observador. La fuente de la luz es obscura, lo no conocido es la fuente del conocimiento. Sólo esa fuente es. Retorne a esa fuente y more ahí.

Ningún estado de la mente puede ser más real que la mente misma. ¿Es real la mente? No es más que una colección de estados, cada uno de ellos transitorio. ¿Cómo puede considerarse real una sucesión de estados transitorios? La ilusión de ser el cuerpo-mente está aquí, debido sólo a que no se investiga. La no investigación es el hilo en el que están enhebrados todos los estados de la mente. Es como la oscuridad en una habitación cerrada. Esta ahí —aparentemente. Pero cuando la habitación se abre —¿adónde va? No va a ninguna parte, debido a que no estaba ahí. Todos los estados de la mente, todos los nombres y formas de existencia tienen su raíz en la no indagación, en la no investigación, en la imaginación y en la credulidad. Es justo decir

«yo soy», pero decir «yo soy esto», «yo soy eso», es un signo de no indagación, de no examen, de debilidad mental o de letargia. La sadhana (la práctica) consiste en acordarse intensamente de la pura «eseidad» de uno, de no ser algo en particular, ni tampoco una suma de particulares, ni siquiera la totalidad de todos los particulares, la cual constituye el universo. Todo existe en la mente, incluso el cuerpo es una integración en la mente de un vasto número de percepciones sensoriales, cada una de las cuales es también un estado mental. Piense en usted mismo sin falta. Pero no introduzca la idea de un cuerpo en el cuadro. Hay sólo una corriente de sensaciones, de percepciones, de recuerdos y de ideaciones. El cuerpo es una abstracción, creado por nuestra tendencia a buscar la unidad en la diversidad.

Los estados de ánimo están en la mente y no importan. Vaya adentro, profundice. Deje de estar fascinado por el contenido de su consciencia. Cuando alcance las capas profundas de su ser verdadero, encontrará que el juego superficial de la mente le afecta a usted muy poco.

Lo que le impide a usted conocerse a usted

mismo como todo y más allá de todo, es la mente basada en la memoria. Ella tiene poder sobre usted mientras usted confía en ella; no la combata; sólo deje de prestarle atención. Privada de atención, se tornará más lenta y revelará el mecanismo de su funcionamiento. Una vez que usted conoce su naturaleza y propósito, usted no la permitirá crear problemas imaginarios. ¿Qué problemas puede haber que no los haya creado la mente? La vida y la muerte no crean problemas; los dolores y los placeres vienen y van, experimentados y olvidados. Es la memoria y la anticipación lo que crea problemas de logro o de elusión, coloreados por el agrado y el desagrado.

El problema no es suyo —es sólo el de su mente. Comience por desasociarse usted de su mente.

Recuérdese a usted mismo resueltamente que usted no es la mente y que los problemas de la mente no son los de usted.

¿Cómo puede una mente inestable hacerse a sí misma estable? Por supuesto no puede. La naturaleza de la mente es vagar de un lado a otro. Todo lo que usted puede hacer es llevar el foco de la consciencia más allá de la mente.

Es la mente lo que le dice a usted que la

mente está aquí. No se engañe. Todos los inagotables argumentos sobre la mente son producidos por la mente misma, para su propia protección, continuación y expansión. Es la clara negativa a considerar los rodeos y convulsiones de la mente lo que puede llevarle a usted más allá de ella.

Sin haber dejado nunca la casa usted está preguntando por el camino a casa. Deshágase de las ideas erróneas, eso es todo. Coleccionar ideas justas no le llevará a usted a ninguna parte tampoco. Sólo deje de imaginar. ¡No intente comprender! Es suficiente con que usted no comprenda mal. No se apoye en su mente para la liberación. Es la mente la que le ha esclavizado a usted. Vaya enteramente más allá de ella.

No hay ninguna cosa tal como la mente. Hay ideas y algunas de ellas son erróneas. Abandone las ideas erróneas, pues son falsas y obstruyen su visión de usted mismo. Las aserciones son usualmente erróneas y las negaciones — verdaderas. Sólo negando puede uno vivir. La afirmación es esclavitud. Cuestionar y negar es necesario. Es la esencia de la rebelión y sin rebelión no puede haber ninguna liberación.

Déjelo todo [el conocimiento espiritual]

detrás de usted. Olvídelo. Vaya adelante, descargado de ideas y creencias. Abandone todas las estructuras verbales, todas las verdades relativas, todos los objetivos tangibles.

Demasiado análisis no le conducirá a usted a ninguna parte. Hay en usted el núcleo del ser, que es más allá del análisis, más allá de la mente. Usted sólo puede conocerlo en la acción. La legítima función de la mente es decirle a usted lo que no es. Pero si usted quiere conocimiento positivo, usted debe ir más allá de la mente.

Antes de poder conocer nada directamente, no verbalmente, usted debe conocer al conocedor. Hasta aquí, usted ha tomado a la mente por el conocedor, pero sencillamente no es así. La mente la atiborra a usted de imágenes e ideas, que dejan cicatrices en el recuerdo. Usted toma el recuerdo por el conocimiento. El verdadero conocimiento es siempre fresco, nuevo, inesperado. Brota de dentro. Cuando usted sabe lo que usted es, usted también es lo que usted sabe. Entre conocer y ser no hay ninguna separación.

Deje de hacer uso de su mente y vea lo que ocurre. Haga esta única cosa cabalmente. Eso es todo.

# **Vea todo como un sueño, como un espectáculo, como una película.**

Recuerde, nada perceptible es real.

Todo lo que usted puede hacer es aprehender el punto central, a saber, que la realidad no es un acontecer y que no acontece, y que todo lo que acontece, todo lo que viene y va, no es la realidad. Vea el acontecer sólo como acontecer, lo transitorio sólo como transitorio, la experiencia como mera experiencia y usted ha hecho todo lo que usted puede hacer. Entonces usted es vulnerable a la realidad, ya no está armado contra ella, como usted lo estaba cuando daba realidad a los acontecimientos y experiencias. Pero tan pronto como hay algún agrado o desagrado, usted ha corrido una cortina.

Esto es el misterio de la imaginación, que parezca ser tan real. Usted puede estar casado o soltero, ser monje o un hombre con familia; ese no es el asunto. ¿Es usted un esclavo de su imaginación, o no lo es? Toda decisión que usted tome, todo trabajo que usted haga, se basarán invariablemente en la imaginación, en asunciones que se presentan como hechos.

Deje de hacerse daño a usted mismo y a los

demás, deje de sufrir, despierte. Cuando usted comiencen a cuestionar su sueño, el despertar no estará lejos.

## **Note que la felicidad no es el placer.**

El sufrimiento y el placer van siempre juntos. La liberación de uno significa la liberación de ambos. Si usted no se preocupa del placer, usted no tendrá miedo del sufrimiento. Pero hay la felicidad que no es ninguno de ambos, que es completamente más allá.

Mi experiencia es que todo es felicidad. Pero el deseo de felicidad crea el sufrimiento. Así pues, la felicidad misma deviene la semilla del sufrimiento. La totalidad del universo del sufrimiento nace del deseo. Abandone usted el deseo de placer y usted no sabrá siquiera lo que es el sufrimiento.

El estado y uso adecuados del cuerpo y de la mente son intensamente agradables. Es la búsqueda del placer lo que es dañino.

No intente hacerse a usted mismo feliz, más bien cuestione su búsqueda misma de la felicidad. Debido a que usted no es feliz, usted quiere ser feliz. Descubra por qué es usted infeliz. Debido a que usted no es feliz, usted busca la felicidad en el placer; el placer trae consigo el dolor y por ello usted lo llama mundano; usted anhela entonces algún otro placer, sin dolor, y usted lo llama divino. En realidad, el placer es sólo un respiro en el dolor.

Al alivio momentáneo del sufrimiento nosotros lo llamamos placer —y construimos castillos en el aire en la esperanza de un placer sin fin al que llamamos felicidad. Todo ello es incomprensión.

El placer depende de las cosas, la felicidad no. Mientras creamos que necesitamos cosas para que nos hagan felices, crearemos también que en su ausencia debemos ser miserables. La mente siempre se moldea de acuerdo con sus creencias. De aquí la importancia de convencerse de que uno no necesita ser espoleado hacia la felicidad; de que, al contrario, el placer es una distracción y un fastidio, pues meramente crea la falsa convicción de que uno necesita tener y hacer cosas para ser feliz cuando en realidad es

justamente lo opuesto. ¿Pero por qué hablar de la felicidad siquiera? Usted no piensa en la felicidad excepto cuando es infeliz. Un hombre que dice: «Ahora soy feliz», está entre dos aflicciones —la pasada y la futura. Esta felicidad es una mera excitación causada por el alivio del sufrimiento. La felicidad real es totalmente no consciente de sí misma. Se expresa mejor negativamente como: «No hay nada mal en mí. No tengo nada de que preocuparme».

## **Note que los deseos y los temores crean esclavitud.**

La identificación de sí mismo con el cuerpo crea siempre deseos nuevos y no hay ningún fin para ellos, a menos que este mecanismo de esclavitud se vea claramente. Es la claridad la que libera, pues usted no puede abandonar el deseo, a menos que sus causas y efectos se vean claramente.

Actuar desde el deseo y el temor es esclavitud, actuar desde el amor es liberación.

En el hinduismo, la idea misma del libre albedrío es inexistente, de manera que no hay ninguna palabra para ella. La voluntad es compromiso, fijación, esclavitud.

Los obstáculos a la percepción clara del verdadero ser de uno son el deseo de placer y el miedo del dolor. Es la motivación placer-dolor lo que obstaculiza la vía. La liberación misma de toda motivación, el estado en el que no surge ningún deseo es el estado natural.

Todos los deseos deben ser abandonados, debido a que al desear usted toma la forma de sus deseos. Cuando no queda ningún deseo, usted revierte a su estado natural.

## **Sea libre y feliz a través del desapego.**

Los deseos débiles pueden ser eliminados por la introspección y la meditación, pero los deseos fuertes, los deseos profundamente enraizados deben ser cumplidos y sus frutos, dulces o amargos, deben ser bien saboreados.

El no deseo viene por sí solo cuando el deseo se reconoce como falso. Usted no necesita luchar contra el deseo. Finalmente, el deseo es un impulso hacia la felicidad, lo cual es natural mientras hay aflicción. Sólo vea que no hay ninguna felicidad en lo que usted desea. Sólo vea que no hay ninguna felicidad en lo que usted desea. Cada placer está envuelto en el dolor. Pronto descubrirá que usted no puede tener uno sin el otro.

La ausencia de miedo viene por sí misma cuando usted ve que no hay nada de lo cual tener miedo. Cuando usted camina en una calle atestada, usted sorteas a las gentes. Usted ve a algunos, a otros sólo los vislumbra, pero usted no se detiene. Es la detención la que crea el embotellamiento. ¡Siga moviéndose! Omita los nombres y las formas, no se apegue a ellos; su apego es su prisión.

Abandonar un deseo tras otro es un proceso lento cuyo fin no se ve nunca. Deje usted en paz a sus deseos y miedos, ponga usted toda su atención en el sujeto, en el que está detrás de la experiencia del deseo y del miedo. Pregunte usted: ¿quién desea? Deje usted que cada deseo le retrotraiga a usted mismo.

Siempre que un pensamiento o emoción de deseo o de temor venga a su mente, simplemente apártese de él. Yo no estoy hablando de supresión. Sólo niéguele la atención.

Nada puede hacerle a usted más feliz que ser. Toda búsqueda de felicidad es miseria y conduce a más miseria. La única felicidad digna del nombre es la felicidad natural de ser consciente.

El deseo de encontrar el sí mismo ciertamente se cumplirá, provisto que usted no quiera nada más. Pero usted debe ser honesto con usted mismo y no querer realmente nada más. Si mientras tanto usted quiere otras muchas cosas y se ocupa usted de lograrlas, su propósito principal puede retrasarse hasta que usted crezca en sabiduría y deje usted de dividirse entre impulsos contradictorios. Vaya usted dentro, sin vacilar, sin mirar nunca hacia fuera.

Cuando usted no pida nada del mundo, ni de Dios, cuando usted no quiere nada, no busque nada, no espere nada, entonces el Estado Supremo vendrá a usted sin ser invitado ni esperado.

Lo Supremo es lo más fácil de alcanzar, pues es su verdadero ser (de usted). Basta con dejar de pensar y no desear nada, sino lo Supremo.

El abandono de sí mismo es el abandono de todo interés en sí mismo. Pero no puede hacerse, acontece cuando usted se da cuenta de su verdadera naturaleza.

Sea consciente de que todo lo que acontece, le acontece a usted, por usted, a través de usted, que usted es el creador, el gozador, y el destructor de todo lo que usted percibe y usted no tendrá miedo. Sin miedo, usted no será infeliz ni buscará la felicidad.

Usted puede ser un nochero y vivir felizmente. Es lo que usted es interiormente lo que importa. Su paz y su dicha interiores tiene usted que ganarlas. Es mucho más difícil que ganar dinero. Ninguna universidad puede enseñarle a usted a ser usted mismo.

¿No ve usted que es su búsqueda misma de la felicidad la que le hace a usted sentirse miserable? Inténtelo al revés: indiferente al sufrimiento y al placer, ni pidiendo, ni rechazando, dé usted toda su atención al nivel en el que «yo soy» es atemporalmente presente. Pronto se dará usted cuenta de que la paz y la felicidad están en su naturaleza misma y que lo que perturba es sólo buscarlas a través de algunos canales particulares. Evite la

perturbación, eso es todo.

Sólo apártese de todo lo que ocupa la mente; haga cualquier trabajo que usted tenga que completar, pero evite las obligaciones nuevas; manténgase vacío, manténgase a disposición, no resista a lo que viene sin ser invitado. Finalmente, usted alcanza un estado de no avidez, de no apego gozoso, de holgura y libertad interior indescriptible, y sin embargo maravillosamente real.

La naturaleza no es ni agradable ni penosa. Es toda inteligencia y belleza. El sufrimiento y el placer están en la mente. Cambie su escala de valores y todo cambiará. El placer y el dolor son una mera perturbación de los sentidos; trátelos por igual y sólo habrá dicha. Y el mundo es, lo que usted hace de él; por todos los medios, hágalo feliz. Sólo el contento puede hacerle a usted feliz —los deseos satisfechos engendran más deseos. Este mantenerse al margen de todos los deseos y el contento con lo que viene por sí mismo es un estado muy fructífero —una precondición del estado de plenitud. No desconfíe de su aparente esterilidad y vacuidad. Créame, es la satisfacción de los deseos la que engendra la miseria. La liberación de los deseos

es la dicha.

No debe consentirse a usted mismo tener previsiones ni planes, nacidos de la memoria y de la imaginación. Una de las peculiaridades de un jnani es que no está interesado en el futuro. El interés de usted por el futuro se debe al temor del dolor y al deseo del placer, pero para el jnani todo es dicha: es feliz con todo lo que le acontece.

## **La identificación con el cuerpo-mente es el veneno que lleva a la esclavitud.**

Todas sus preocupaciones están con usted sólo durante las horas de la vigilia y parcialmente en sus sueños; en el sueño profundo todo se deja de lado y se olvida. Cuan poco importante es su vida de vigilia, incluso para usted mismo, lo muestra el hecho de que con sólo acostarse y cerrar los ojos toda ella puede acabar. Cada vez que usted se va a dormir, lo hace sin la más mínima certeza de despertarse y sin embargo

usted acepta el riesgo.

Antes de seguir adelante usted debe aceptar, al menos como una teoría de trabajo, que usted no es lo que usted parece ser, que usted está bajo la influencia de una droga. Sólo entonces usted tendrá el empuje y la paciencia para examinar los síntomas y para buscar su causa común. Todo lo que un Gurú puede decirle a usted es: «Mi querido señor, está completamente equivocado sobre usted mismo. Usted no es la persona que piensa que usted es». No confíe en nadie, ni siquiera en usted mismo. Indague, descubra, elimine y abandone todas las asumiciones hasta que alcance las aguas vivas y la roca de la verdad. Hasta que usted esté libre de la droga, todas sus religiones y ciencias, plegarias y Yogas no son de ninguna utilidad para usted, pues al estar basadas en un error, lo fortalecen.

Mientras hay el cuerpo y la sensación de identidad con el cuerpo, la frustración es inevitable. Sólo cuando usted se conozca a usted mismo como enteramente ajeno al cuerpo y diferente de él, usted encontrará respiro a la mezcla de temor y de deseación inseparables de la idea de «yo soy el cuerpo».

Nosotros somos libres «aquí y ahora». Es

sólo la mente la que imagina la esclavitud. Es sólo la mente la que imagina la esclavitud. Una vez que usted conoce su mente y sus poderes milagrosos, y elimina lo que la envenena —la idea de una persona separada y aislada —usted la deja en paz con su trabajo entre las cosas, para lo cual está bien dotada.

El cuerpo está hecho de alimento, como la mente está hecha de pensamientos. Véalos como son. La no identificación, cuando es natural y espontánea, es liberación.

No hay ninguna cosa tal como una persona. Sólo hay restricciones y limitaciones. La suma total de éstas define a la persona. Usted piensa que se conoce a usted mismo cuando usted sabe que usted es. Pero usted nunca sabe quien es usted. La persona meramente parece ser, como el espacio dentro del cántaro parece tener la forma y el volumen y el olor del cántaro.

Mientras nos imaginemos a nosotros mismos como personalidades separadas, unos completamente aparte de los otros, no podemos aprehender la realidad que es esencialmente impersonal. Primero debemos conocernos a nosotros mismos sólo como presenciadores, centros de observación adimensionales y

atemporales, y después realizar ese inmenso océano de pura presenciación, que es a la vez mente y materia y más allá de ambas.

Nada le detiene a usted de ser un jnani aquí y ahora, excepto el miedo. Usted tiene miedo de ser impersonal, del ser impersonal. Todo es muy simple. Apártese de sus deseos y temores y de los pensamientos que crean, y usted está inmediatamente en su estado natural.

Habiendo visto que usted es un paquete de recuerdos sujetos por el apego, salga y mírelo desde fuera. Usted puede percibir por primera vez algo que no es recuerdo. Usted cesa de ser un señor fulano, ocupado en sus propios asuntos. Usted está por fin en paz. Usted se da cuenta de que nada ha estado nunca mal en el mundo — sólo usted estaba mal y ahora todo ha terminado. Usted nunca más será atrapado en las redes del deseo nacido de la ignorancia.

**Busque la liberación viendo que  
uno no es nada personal o  
perceptible.**

Comprenda primero que usted no es la persona que usted cree ser. Lo que usted piensa que usted es, es mera sugestión o imaginación. Usted no tiene padres, usted no ha nacido, ni tampoco morirá. O bien confía usted en mí cuando yo le digo esto, o bien usted llega a ello mediante el estudio y la investigación. La vía de la fe total es rápida, la otra es lenta pero sostenida.

Está en la naturaleza de la imaginación creativa identificarse a sí misma con sus creaciones. Usted puede detenerlo en cualquier momento retirando su atención. O por medio de la investigación. Primero usted crea un mundo, entonces el «yo soy» deviene una persona, que no es feliz por diversas razones. Sale en busca de la felicidad, encuentra un Gurú que le dice: «Usted no es una persona, descubra quién es usted». Él lo hace y va más allá.

Usted puede hacer lo que quiera, mientras no se tome por el cuerpo y la mente. No se trata tanto de abandonar efectivamente el cuerpo y todo lo que conlleva, como de una clara comprensión de que usted no es el cuerpo, un sentido de distanciamiento, de no implicación emocional.

Es suficiente con que usted no se imagine que usted es el cuerpo. Es la idea de «yo soy el cuerpo» la que es tan calamitosa. Ella le ciega a usted completamente a su naturaleza real. No piense ni por un momento que usted es el cuerpo. No se dé usted ningún nombre, ninguna forma. La realidad es encontrada en la obscuridad y en el silencio.

Primero de todo abandone toda autoidentificación, deje de pensarse a usted mismo como fulano, o como mengano, como esto o aquello. Abandone todo interés propio, no se inquiete por su bienestar, material o espiritual, abandone todos los deseos, groseros o sutiles, deje de pensar en lograr algo, de cualquier tipo que sea. Usted es completo aquí y ahora, usted no necesita absolutamente nada.

Vea que usted no es lo que usted cree ser. Luche con toda la fuerza a su disposición contra la idea de que usted es nombrable y descriptible. Usted no lo es. Niéguese a pensarse a usted mismo como esto o eso.

Vea la persona que usted imagina ser como una parte del mundo que usted percibe dentro de su mente y mire a la mente desde fuera, pues usted no es la mente. Después de todo, su único

problema es la insaciable identificación de usted mismo con todo lo que usted percibe. Abandone este hábito, recuerde que usted no es lo que usted percibe, use su poder de distanciamiento alerta. Véase a usted mismo en todo lo que vive y su comportamiento expresará su visión. Una vez que usted se da cuenta de que no hay nada en este mundo que usted pueda llamar suyo propio, usted lo mira desde fuera lo mismo que usted mira una comedia sobre un escenario, o una imagen en la pantalla, admirando y gozando, pero realmente impasible. Mientras usted se imagine a usted mismo como algo tangible y sólido, una cosa entre cosas, existiendo efectivamente en el tiempo y en el espacio, de vida breve y vulnerable, naturalmente usted estará preso de la ansiedad de sobrevivir y de sacar provecho. Pero cuando usted se conozca a usted mismo más allá del espacio y del tiempo — sólo en contacto con ellos en el punto del aquí y ahora, y de otro modo omnipenetrante y omnicontinente, inaccesible, inaprehensible, invulnerable —usted ya no tendrá miedo.

Una vez que usted ha comprendido que nada perceptible ni concebible puede ser usted, usted se libera de sus imaginaciones. Ver todo como

imaginación, nacida del deseo, es necesario para la realización de sí mismo. Nosotros perdemos lo real por falta de atención y creamos lo irreal por exceso de imaginación.

Usted es su sí mismo —usted no puede ser nada sino lo que usted es. ¿Está el conocer separado del ser? Todo lo que usted puede conocer con su mente es de la mente, no es usted; sobre usted mismo usted sólo puede decir: «yo soy, yo soy consciente, yo lo quiero».

La liberación, lo es de algo. ¿Qué es usted, para liberarse de qué? Obviamente, usted debe liberarse de la persona por quien usted se toma, pues es la idea que tiene de usted mismo la que le mantiene sumido en la esclavitud.

Usted no necesita llegar a ella, pues usted lo es. Ella vendrá a usted si usted le da una oportunidad. Abandone su apego a lo irreal y lo real caerá en su propia cuenta rápida y suavemente. Deje de imaginarse que usted es o que usted hace esto o aquello y la comprensión de que usted es la fuente y el corazón de todo amanecerá en usted.

Para ser usted debe ser nadie. Pensarse a usted mismo siendo algo, o alguien es muerte e infierno.

Usted sabe que usted es. No se cargue de nombres, sólo sea. Cualquier nombre o forma que usted se da a usted mismo oscurece su naturaleza real.

Retorne a ese estado de ser puro, donde el “yo soy” está todavía en su pureza antes de contaminarse con “yo soy esto” o “yo soy eso”. Su carga es sólo de falsas autoidentificaciones — abandónelas todas».

El «aquí» es por todas partes y el ahora — siempre. Vaya más allá de la idea de «yo soy el cuerpo» y encontrará que el espacio y el tiempo están en usted y no usted en el espacio y el tiempo. Una vez que usted ha comprendido esto, el principal obstáculo a la realización está eliminado.

La liberación nunca es para la persona, es siempre de la persona. Queda una vaga memoria [de la persona], como el recuerdo de un sueño, o de la infancia. Después de todo, ¿qué hay que recordar? ¿Un flujo de acontecimientos, en su mayor parte accidentales y sin sentido? ¿Una sucesión de deseos y de temores y de necios disparates? ¿Hay algo digno del recuerdo? La persona no es sino una concha que le aprisiona a usted. Rompa la concha.

La disolución de la personalidad va acompañada siempre por un sentido de gran alivio, como si hubiera caído un pesado fardo.

## **Meditación.**

Dé toda su atención a la pregunta: «¿Qué es lo que me hace consciente?», hasta que su mente devenga la pregunta misma y no pueda pensar en nada más.

El valor de la meditación regular es que le saca a usted del agobio de la rutina diaria y le recuerda que usted no es lo que cree ser.

La meditación es un intento deliberado de penetrar en los estados más altos de la consciencia y finalmente ir más allá de ella. El arte de la meditación es el arte de cambiar el foco de la atención hacia niveles siempre más sutiles, sin perder la propia presa sobre los niveles dejados atrás. En cierto modo es como tener a la muerte bajo control. Uno comienza con los niveles más bajos: las circunstancias sociales, las costumbres y los hábitos; el ambiente físico, la

postura y la respiración del cuerpo; los sentidos, sus sensaciones y percepciones; la mente, sus pensamientos y sentimientos; hasta que se abarca y se sujeta firmemente la totalidad del mecanismo de la personalidad. La etapa final de la meditación se alcanza cuando el sentido de identidad va más allá del «yo soy fulano», más allá del «así soy yo», más allá del «yo soy sólo el presenciador», más allá del «hay», más allá de todas las ideas adentro del ser puro impersonalmente personal. Pero usted debe ser enérgico cuando emprenda la meditación. Definitivamente no es una ocupación a tiempo parcial. Límite sus intereses y actividades a lo que es necesario para las necesidades más desnudas de usted y de las personas que dependen de usted. Ahorre todas sus energías y su tiempo para romper el muro que su mente ha construido alrededor de usted. Créame, usted no lo lamentará.

La meditación le ayudará a usted a descubrir sus ataduras, a aflojarlas, a desatarlas y a soltar sus amarras. Cuando usted ya no está atado a nada, usted ha hecho su parte. El resto se hará para usted.

Cuando usted se sienta tranquilo y se observa

a usted mismo, todo tipo de cosas pueden venir a la superficie. No haga nada con ellas, no reaccione hacia ellas; como han venido así se irán, por sí mismas. Todo lo que importa es la atención, la presenciación total de uno mismo o más bien, de la mente de uno.

## **Actitud de Presenciador.**

Abandone todas las ideas sobre usted mismo y encontrará que usted es el presenciador puro, más allá de todo lo que puede acontecerle al cuerpo o a la mente.

Hay la identidad de lo que usted es y hay la persona sobreimpuesta sobre ello. Todo lo que usted conoce es la persona, la identidad —que no es una persona— usted no la conoce, pues usted nunca ha dudado, nunca se ha preguntado a usted mismo la pregunta crucial —«¿Quién soy yo?». La identidad es el presenciador de la persona y la sadhana consiste en cambiar el énfasis desde la persona superficial y cambiante al presenciador inmutable y siempre presente.

Si usted está enfadado o sufre, sepárese del enfado y del sufrimiento y obsérvelos. La externalización es el primer paso hacia la liberación. Manténgase apartado y observe. Los acontecimientos físicos continuarán ocurriendo, pero por sí solos no tienen ninguna importancia. Es la mente sola lo que importa. Con sólo que usted pudiera mantenerse sereno, limpio de recuerdos y de expectativas, usted sería capaz de discernir el bello patrón de los acontecimientos. Es su obtusa agitación la que causa el caos.

El presenciador no es indiferente. Él es la plenitud de la comprensión y de la compasión. Sólo como el presenciador usted puede ayudar a los demás.

Ella [la consciencia-presenciador] es el reflejo de lo real en la mente (buddhi). Lo real es más allá. El presenciador es la puerta a cuyo través usted pasa más allá.

## **Presenciación.**

La persona se sumerge en el presenciador, el

presenciador en la presenciación, la presenciación en el ser puro, pero la identidad no se pierde, sólo se pierden sus limitaciones. Se transfigura, y deviene el Sí mismo real, el sadguru, el amigo y guía eterno. Usted no puede acceder a él en el culto. Ninguna actividad externa puede alcanzar el sí mismo interior; el culto y las plegarias permanecen sólo en la superficie; para ir más profundamente es esencial la meditación —el esfuerzo por ir más allá de los estados de sueño profundo, de sueño con sueños y de vigilia. Al comienzo los intentos son irregulares, después recurren cada vez más a menudo, devienen regulares, después continuos e intensos, hasta que se conquistan todos los obstáculos.

La verdadera presenciación (samvid) es un estado de presenciación pura, sin el menor intento de hacer nada sobre el acontecer presenciado. Sus pensamientos y sensaciones, palabras y acciones pueden ser también una parte del acontecer; usted observa todo sin inmiscuirse a la plena luz de la claridad y de la comprensión. Usted comprende precisamente lo que está aconteciendo debido a que no le afecta. Parece ser una actitud de frío distanciamiento, pero no

es realmente así. Una vez que usted esté en ello, encontrará que usted ama lo que usted ve, cualquiera que pueda ser su naturaleza. Este amor sin elección es la prueba de la presenciación. Si no está aquí, usted está meramente interesado —por algunas razones personales.

Sea presenciador de ser consciente y busque la fuente de la consciencia. Eso es todo.

## **Ningún otro pensamiento más que el "yo soy".**

Si usted confía en mí, crea cuando le digo que usted es la presenciación pura que ilumina la consciencia y su contenido infinito. Dése usted cuenta de esto y viva de acuerdo con ello. Si usted no me cree, entonces vaya usted al interior, indagando «¿qué soy yo?», o enfoque su mente sobre «yo soy», lo cual es ser puro y simple.

Usted ha saboreado muchas cosas —todas se han resuelto en nada. Sólo la sensación de «yo soy» ha persistido —sin cambio. Permanezca

con lo que es sin cambio entre lo que cambia, hasta que usted sea capaz de ir más allá.

¡Todas las direcciones están dentro de la mente! Yo no le estoy pidiendo a usted que mire en alguna dirección particular. Solamente mire fuera de todo lo que acontece en su mente y tráigalo a la sensación de «yo soy». El «yo soy» no es una dirección. Es la negación de toda dirección. Finalmente, incluso el «yo soy» tendrá que partir, pues usted no necesita estar afirmando lo que es evidente. Traer la mente a la sensación de «yo soy» meramente ayuda a apartar la mente de todo lo demás. Cuando la mente se mantiene apartada de sus preocupaciones, se torna serena. Si usted no perturba esta quietud y permanece en ella, usted encuentra que está impregnada de una luz y de un amor jamás conocidos por usted; y sin embargo, usted lo reconoce al momento como su naturaleza propia. Una vez que usted ha pasado a través de esta experiencia, usted ya nunca será el mismo hombre otra vez; la mente ingobernable puede romper su paz y obstruir su visión; pero retornarán, siempre que se siga sosteniendo el esfuerzo; hasta que llega el día en que todos los lazos se rompen, todas las ilusiones y apegos se acaban y la vida deviene

supremamente concentrada en el presente.

Lo que nació debe morir. Sólo lo innacido es sin muerte. Encuentre qué es lo que nunca duerme ni nunca se despierta, y cuyo pálido reflejo es nuestra sensación de «yo».

Todo lo que puedo decir verdaderamente es: «yo soy», todo lo demás es inferencia. Pero la inferencia ha devenido un hábito. Destruya todos los hábitos de pensar y de ver. La sensación de «yo soy» es la manifestación de una causa más profunda, que usted puede llamar sí mismo, Dios, Realidad o por cualquier otro nombre. El «yo soy» está en el mundo; pero es la llave que puede abrir la puerta de salida del mundo.

Todo lo que usted tiene que hacer es comprender que usted ama al sí mismo y que el sí mismo le ama a usted, y que la sensación de «yo soy» es el lazo entre ustedes dos, un toque de identidad a pesar de la aparente diversidad. Mire al «yo soy» como un signo de amor entre lo interno y lo externo, lo real y lo aparente. Lo mismo que en un sueño todo es diferente, excepto la sensación de «yo», que le permite a usted decir «yo he soñado», así también la sensación de «yo soy» le permite a usted decir «yo soy mi Sí mismo real de nuevo. Yo no hago

nada, ni nada se me hace a mí. Yo soy lo que yo soy y nada puede afectarme. Yo parezco depender de todo, pero de hecho todo depende de mí».

Usted es siempre lo Supremo. Pero su atención está fijada en las cosas, físicas o mentales. Cuando su atención se retira de una cosa y aún no se ha fijado en otra, en el intervalo usted es puro ser. Cuando a través de la práctica de la discriminación y del desapego (*viveka-vairagya*), usted pierde la visión de los estados sensoriales y mentales, el ser puro emerge como el estado natural. Al enfocar la mente en «yo soy», en la sensación de ser, «yo soy fulano» se disuelve, «yo soy sólo un presenciador» permanece, y eso también se sumerge en «yo soy todo». Entonces el todo deviene el Uno, y el Uno — usted mismo.

«Yo soy» es el hecho último; «¿quién soy yo»? es la pregunta última a la que cada uno debe encontrar una respuesta; la misma en esencia, variada en expresión.

Abandone todas las preguntas excepto una: «¿Quién soy yo»? Después de todo, el único hecho del que usted está seguro es que usted es. El «yo soy» es cierto. El «yo soy esto» no lo es.

Esfuércese usted por encontrar lo que usted es en realidad.

Primero de todo, establezca un contacto constante con usted mismo, sea con usted mismo todo el tiempo. En la autopresenciación fluyen todas las bendiciones. Comience como un centro de observación, de cognitividad deliberada, y conviértase en un centro de amor en acción. «Yo soy» es una minúscula semilla que se convertirá en un árbol poderoso —de manera completamente natural, sin rastro alguno de esfuerzo.

Permanezca atento a la sensación de «yo soy», sumérjase en ella, hasta que su mente y sensación devengan uno. Mediante intentos repetidos usted encontrará el justo equilibrio de la atención y de la afección y su mente se establecerá firmemente en el pensamiento-sensación de «yo soy». Cualquier cosa que usted piense, diga o haga, esta sensación de ser, inmutable y entrañable, permanece como el trasfondo siempre presente de la mente.

Relájese y observe el «yo soy». La realidad está justo detrás de él. Manténgase tranquilo, manténgase silente; ella emergerá, o más bien, le tomará a usted en ella.

Mírese a usted mismo asiduamente —es suficiente. La puerta que le encierra a usted es también la puerta que le conduce a usted afuera. El «yo soy» es la puerta. Permanezca en ella hasta que se abra. De hecho, está abierta, sólo que usted no está en ella. Usted está esperando ante puertas pintadas no existentes que nunca se abrirán.

Cuando digo «recuerde “yo soy” todo el tiempo», quiero decir «vuelva a él repetidamente».

Aférrese a la sensación de «yo soy» con exclusión de todo lo demás. Cuando la mente deviene así completamente silente, brilla con una luz nueva y vibra con un conocimiento nuevo. Todo ello viene espontáneamente, usted sólo necesita aferrarse al «yo soy».

# 9

## Miscelánea

### Karma.

El karma es sólo un almacén de energías no gastadas, de deseos no cumplidos y de temores no comprendidos. El almacén se está rellorando constantemente con deseos y temores nuevos. Pero no hay necesidad de que sea así para siempre. Comprenda la causa raíz de sus temores — distánciese de usted mismo y de los deseos— el anhelo por el sí mismo, y su karma se disolverán como un sueño.

La ignorancia es como una fiebre —hace que usted vea cosas que no están aquí. El karma es el tratamiento prescrito por lo divino. Déle la bienvenida, siga las instrucciones fielmente y

usted se pondrá bien. Un paciente dejará el hospital una vez que se recupere. Insistir en la libertad inmediata de elección y de acción sólo pospondrá la recuperación. Acepte su destino y cúmplalo — éste es el camino más corto a la liberación del destino.

## **Muerte.**

¿Qué es el nacimiento y la muerte sino el comienzo y el fin de una corriente de acontecimientos en la consciencia?

Es lo que cambia lo que muere. Lo inmutable ni vive ni muere; es el presenciador atemporal de la vida y de la muerte. Usted no puede llamarlo muerto, pues es el presenciador. Tampoco puede llamarlo vivo, pues no cambia.

Se me dijo que yo había nacido. Yo no recuerdo. Se me ha dicho que moriré. Yo no lo espero. Usted me dice que yo he olvidado, o que me falta imaginación. Pero yo no puedo recordar lo que nunca ha acontecido, ni esperar lo que es patentemente imposible. Los cuerpos nacen y los

cuerpos mueren, ¿pero en qué me concierne eso a mí? Los cuerpos vienen y van en la consciencia y la consciencia misma tiene sus raíces en mí. Yo soy la vida, y míos son la mente y el cuerpo.

## **El Gurú verdadero.**

El Gurú más grande es su sí mismo interior. Verdaderamente, él es el maestro supremo. Sólo él puede llevarle a usted a su meta, y sólo él le recibe a usted al final del camino. Confíe en él y usted no necesitará ningún Gurú exterior.

## **Amor.**

Eso que usted es, su verdadero sí mismo, usted lo ama, y haga usted lo que haga, usted lo hace por su propia felicidad. Encontrarlo, conocerlo, quererlo es su impulso básico. Desde un tiempo inmemorial usted se ha amado a usted

mismo, pero nunca sabiamente. Use su cuerpo y su mente sabiamente en el servicio del sí mismo, eso es todo. Sea fiel a su propio sí mismo, ame a su sí mismo absolutamente. No pretenda que usted ama a los demás como a usted mismo. A menos de que usted se haya dado cuenta de que son uno con usted mismo, usted no puede amarlos. No pretenda ser lo que usted no es, no rechace ser lo que usted es. Su amor de los demás es el resultado del conocimiento de sí mismo, no su causa. Sin la realización de sí mismo, ninguna virtud es genuina. Cuando usted sepa más allá de toda duda que la misma vida corre por todo lo que es y que usted es esa vida, usted amará todo natural y espontáneamente. Cuando usted se da cuenta de la profundidad y plenitud de su amor de usted mismo, usted sabe que todos los seres vivos y el universo entero están incluidos en su afección.

Pero cuando usted mira a algo como separado de usted, usted no puede amarlo pues usted tiene miedo de ello. La alienación causa miedo y el miedo depende de la alienación. Es un círculo vicioso. Sólo la realización de sí mismo puede romperlo.